جاكي سيلبرج

JACKIE SILBERG

ألعاب بسيطة للتنمية

العقلية المبكرة للطفل الرضيع

125

لعبة مختبرة

لتنمية عقل ووجدان طفلك الرضيع



تعريب . سناء أحمد النجار

قسم الترجمة والنشر بمكتبة الشقري بالرياض



125

لعبة مختبرة

لتنمية عقل ووجدان طفلك الرضيع



ح مكتبة الشقري

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

سيلبرج، جاكي

١٢٥ لعبة مختبرة لتنمية عقل ووجدان طفلك. / جاكي سيلبرج

طلعت أسعد عبد الحميد الرياض ، ١٤٣١هـ

ص ١٤٤، ١٦× ٢٤ سم

ردمك: ١ - ٢١ — ٨٠٥٢-٦٠٣-٦٠٣ - ٩٧٨

١ -الأطفال – رعاية ٢ - علم نفس الطفل ٣ - لعب أطفال

عبد الحميد ، طلعت (مترجم) ب - العنوان

ديوي ٦٤٩,١ ١٤٣١/٤٠٥٥

رقم الإيداع: ١٤٣١/٤٠٥٥

ردمك: ١ - ٢١ — ٨٠٥٢-٦٠٣ - ٩٧٨



المركز الرئيسي : المملكة العربية السعودية -الرياض- طريق الملك فهد

شمال برج المملكة -مجمع البستان التجاري- مكتب ٤٠٣٤

ص ب ٨٨٣٣ الرياض ١١٤٩٢

هاتف: ٤٦١١٧١٧ فاكس: ٤٦٤٨٩٩٨

E-mail: tarek@bookstores1.com

alshegrey@bookstores1.com



جاكي سيلبرج

125

لعبة مختبرة

لتنمية عقل ووجدان طفلك الرضيع.

تعريب

سناء أحمد النجار

أخصائية في التربية وعلم النفس

قسم الترجمة والتعريب بمكتبة الشقري بالرياض

٢٠١٠م — ١٤٣١هـ

125 لعبة مختبرة
لتنمية عقل ووجدان طفلك الرضيع

تم نشر هذا الكتاب من: gryphon house®, inc. نشرت هذه الطبعة لأول مرة في عام ١٩٩٩.

ISBN 978-0- 87659- 199- 4

تم نشر الطبعة العربية من الكتاب من مكتبة الشقري بالرياض عام ٢٠١٠، وقد قام بالتعريب نخبة مختارة من المترجمين العاملين بقسم الترجمة والتعريب بمكتبة الشقري بالرياض.

ويشرف على إصدار هذه المجموعة القيمة من الكتب الأستاذ الدكتور طلعت أسعد عبد الحميد أستاذ التسويق والإعلان - كلية التجارة - جامعة المنصورة - جمهورية مصر العربية.

طباعة وإخراج فني: Roa رؤية للطباعة والتجهيز الفني (+2) 010 2 77 6 77 5

الرسومات بريشة: بيكي مالون - شركة جريفون هاوس -بيلتسفيل. ماريلاند

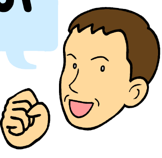
عزيزي القارئ

هذا الكتاب يعد صورة ونموذج جديد في تناوله لتعلم كيفية التربية الحديثة حيث حرص المؤلف علي ابتكار وسيلة جديدة في التعلم والدخول إلي عالم الصغار مستخدمًا عناصر الصور والحكاية واللعبة لتوصيل المفاهيم والمعلومات دون ملل أو ضجر.. كما تمت صياغة الكتاب بأسلوب شيق جذاب يجد فيه المربي متعة التربية بسلاسة ويسر.

قائمة المحتويات


MOHAMED KHATAB

المقدمـــة



حفيدي البالغ من العمر شهرين هذه لعب نلعب بها، دمعتك وابتسامتك تجعل قلبي يرق، وثمة حقيقة وهي أن الطفل دائمًا يحب أن يُحمل، ويُهز، وينام في دعة، ودفء، ويعانق، وكان رد فعلي لكل ذلك في الماضي «أليس هو حلو» «أليس هو غال على قلبي»، أما ـ الآن ـ فأنا أفكر فيه بشكل مختلف، إنه ما زال حلوا وغال على قلبي، ولكن ـ الآن ـ عرفت أن المعانقة، والهز، والغناء، والنوم في دعة ودفء سوف تساعد على نمو عقله.

وبمرور الوقت أصبح عمر الطفل ثلاثة شهور، فقد كون عقله ١٠٠٠ تريليون رابطة، وذلك ضعف ما يمتلكه البالغون، وبعض الخلايا العقلية العصبية مرتبطة بأسلاك الخلايا الأخرى من قبل الميلاد؛ ولأجل ذلك هي تتحكم في ضربات قلب الطفل، وتنفسه، وأفعاله اللاإرادية، وتنظم باقي العمليات الأخرى الضرورية؛ لبقاء الطفل على قيد الحياة.

الروابط العصبية تكوِّن مع بعضها ما يسمى بـ«التشابكات العصبية» بينما الأجزاء المختلفة للعقل تنمو بمعدلات مختلفة، ولقد أوضحت دراسات عديدة

أن فترة قمة الإنتاج للتشابكات تتكون من الميلاد حتى عمر ١٠ سنوات، وفي خلال تلك الفترة تنمو أفرع الخلايا العصبية المسماة بـ«الزوائد المتشجرة»، وتكوِّن تريليونات عديدة من التشابكات العصبية، والخلية الواحدة من الممكن أن تعمل بـ ١٠٠٠٠ خلية أخرى، ووزن العقل يكون ثلاثة مرات حجم العقل للإنسان البالغ، وفترات الإنتاج السريع للتشابكات العصبية في أجزاء معينة من العقل تستجيب للسلوك المرتبط بهذه الأجزاء من العقل.

يعتقد العلماء أن المثيرات التي تستقبلها المواليد والأطفال الصغار تحدد التشابكات العصبية التي ستتكون في العقل، بمعنى: أن الطرق ستصبح مرتبطة بأسلاك.

كيف يعرف العقل الروابط التي سيحفظها؟

هذا ما ستتناوله الخبرة الحديثة عندما يتم استخدام الرابطة بصورة متكررة في السنوات الأخيرة أصبحت دائمة، وعلى النقيض فإن الرابطة التي لا تستخدم على الإطلاق أو بصورة كافية لا تستطيع البقاء على قيد الحياة، وعلى سبيل المثال: فإن الطفل النادر التحدث أو القراءة مع الآخرين سيواجه في السنوات المقبلة صعوبة في المهارات اللغوية، والطفلة التي لا تستطيع اللعب مع أقرانها لا تستطيع التكيف مع المجتمع عندما تكبر، والدوائر التي تتكون في العقل تؤثر على تطور الطفل.

والطفل الذي يتدرب لغويًّا منذ الميلاد سوف يتحدث بطلاقة عندما يكبر، وعندما نواجه بكاء الطفل بالابتسامة بدلا من الفتور واللامبالاة سيكون

مستجيبًا عاطفيًّا.

لقد عرف العلماء معلومات عن كيفية عمل الدماغ البشري في العشر سنوات الأخيرة أكثر من تلك التي اكتشفت قبل هذا التاريخ، وقد غير العلماء من طريقة تفكيرنا بخصوص احتياجات الأطفال؛ حيث اكتشفوا أن خبرات الطفولة المبكرة تشكل بعمق عقل الطفل، وفي الآونة الأخيرة أنتجت أبحاث الدماغ ثلاث نتائج رئيسية:

أولها: إن قدرة الفرد على التعلم والنجاح في مختلف الأوضاع تعتمد على التفاعل مع الطبيعة (مواهبهم الجينية)، والتنشئة (نوع العناية – الحوافز – التعليم الذي يتلقوه).

ثانيها: إن العقل البشري تكوَّن بطريقة فريدة؛ ليستفيد من الخبرة والتعليم الجيد خلال السنوات الأولى من الحياة.

ثالثها: في حين أن الفرص والمخاطر أكبر خلال السنوات الأولى من الحياة إلا أن التعليم يحدث طوال دورة الحياة البشرية.

ومن ثم فإن أفضل طريقة لتنمية روابط الطفل العقلية هو أن نفعل ما يحتاجه الأطفال بدءًا بالعناية، ويقظة الآباء، وأن نقوم على أمر الرعاية بهم، ومن ثم يحتاج الأطفال إلى بيئة مليئة بالاكتشافات، وآمنة، ومليئة بالناس الذين يستجيبوا لاحتياجاتهم العاطفية والعقلانية، ومن يغني لهم، ويحملهم، ويتحدث معهم، ويقرأ لهم ولا يقف أمام وجوههم، وكل هذه الروابط العقلية لا تعني التعليم المبكر، ولكن تعني تنمية إمكانية التعلم في المستقبل.

ومن ثم عندما يتطور العقل، فإن التعليم سيكون ناجحا في المستقبل، وكل الألعاب الموجودة في هذا الكتاب تنمي من قدرة الأطفال العقلية، فهي تبني (وتضع حجر الأساس) للتعليم في المستقبل، وتكون بداية متماسكة، وصلبة للأطفال، وهي أيضًا مسلية.

كتابة هذا الكتاب يعتبر تجربة ممتعة بالنسبة لي، وأعتقد أن كل من يحيط بالأطفال يشعر بمقدرة مدهشة، فقد زودنا العلم بالكثير من الأشياء التي نعرفها بديهيًّا، وعندما ألعب مع طفلة أو أراها تهز سلسلة مفاتيح أو تلعب على المنضدة أو تحاول إمساك شيء في يدها، أقول: «واو يا له من شيء مدهش» إنها تكوِّن الروابط في عقلها، وكلي أمل أن يخلق لك هذا الكتاب وقتًا ممتعًا مع طفلك.



من ميلاد الطفل

حتى عمر ٣ شهور





من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

1

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

كلما كان المثير الذى تعطيه لطفلك أكثر لطفًا زاد عدد التشابكات العصبية والروابط المتكونة.

ألعاب الأطفال حديثي الولادة

- لكون الأطفال الصغار سيكبرون يومًا ما، فإنهم يتعرفون على أصوات آبائهم لو ربتي على بطنك، وتكلمي طفلتك، وهو ما زال في الرحم، ومن ثم سوف يتعرف على صوتك.
- عندما تكون الطفل مستلق على ظهره سيرى تجاه سريره ناديه باسمه.
- كرري اسمه حتى يلتفت لناحية الصوت بعينه أو رأسه.
- امشي في الاتجاه الآخر للسرير، وكرري اسمه مرة أخرى.
- دلكي جسمه برفق، وابتسمي في عينيه، وقولي اسمه.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

2

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

كلما كانت الأم تحمل طفلها، وتعانقه، وتضمه في دفء وحنان شعر بالأمان والاستقلال عندما يكبر.

حضن لـــامـــا. بحبـــك

- احملي طفلك بين ذراعيك، وهزي ظهره ومقدمته.
- أثناء هزك له قولي له: «حضن لماما، بحبك».
- عند قولك لكلمة «إنت» قبِّلي جزءا من جسمه «رأسه – أنفه – أصابعه».
- عندما يكبر طفلك سوف يطلب منك أن تلعبي معه هذه اللعبة.
- اللعبة تقوي الرابطة.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

3

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الأطفال يستجيبون للأبوين، وللأصوات ذات النغمة المرتفعة، ومن ثم يجب على الكبار أن يصنعوا ذلك عند الحديث مع الأطفال.

التحـــدث للطفــــل

- يجب على الأبوين أن يتحدثا مع أطفالهم؛ لأن هذا بمثابة التواصل معهم، والتشجيع لهم على معرفة الاستجابات الصوتية، ومن ثم فإن هذا الأمر ينمي بدوره مهاراتهم اللغوية.
- يجب على الأبوين ـ أيضًا ـ أن يقولا بعض الجمل المفيدة، مثل: «إنك طفل حلو» «انظر إلى هذه الأصابع العشرة الصغيرة».
- عند حديث الأبوين مع طفلهم يجب عليهما أن يتحدثا معه بنبرة أبوية، وعند حمل الطفل يجب على الأبوين النظر مباشرة إلى عينه.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

4

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الأطفال حديثي الولادة لديهم استجابة طبيعية للموسيقى خلال وجودهم في الرحم، فهم يستجيبون للإيقاع والصوت والحركة.

الموسيقى الهادئة

- ضعي كاسيت صغير بالقرب من سرير الطفلة.
- اختاري الأغاني الهادئة الرقيقة التي تغريها بالنوم.
- الموسيقى التي لها لحن مكرر مهدئة تمامًا للطفل؛ لأن هذا النوع من الأصوات هي التي كانت تسمعها في الرحم.
- سجلي صوت غسالة الأطباق، وبعد ذلك أسمعيها هذا الصوت، فهذا الصوت أيضًا مشابه للأصوات داخل الرحم.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

5

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الخبرات الإيجابية الحساسة، والتفاعلات الاجتماعية مع الكبار تنمي من قدرات الأطفال المعرفية.

لعبـــة النفـــخ

- هذه اللعبة تساعد الطفل على أن يكون على دراية بأجزاء جسمه.
- انفخي برفق في كف الطفل، وغنِّي له أثناء ذلك النفخ الكلمات الآتية: «ها هي كفوف طفلي».
- ثم قبِّلي كفَّيه.
- انفخي في الأجزاء الأخرى لجسمه؛ لأن معظم الأطفال يحبون النفخ في مرافقهم، وأصابعهم، ورقبتهم، وخدهم.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

6

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

اللمس، والحمل، والمعانقة لا تجعل الطفل يشعر بالراحة والأمان فقط بل تجعل عقله ينمو.

الألعـــاب غير اللفظيـــة

- اتصلي مع الأطفال بالنظر إلى عيونهم، وحملهم، وضمهم إلى جسدك، والاستجابة إلى أصواتهم.
- احملي الطفل، وضميه إليك، فذلك ينمِّي الإرتباط الآمن الذي يحتاجه لنموه.
- احملي الطفل، وامشي به في الحجرة.
- قفي وانظري إلى عينيه، وابتسمي، وحُكي أنفه بأنفك.
- امشي مرة أخرى ثم توقفي، وكرري ذلك عدة مرات.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

7

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

قدرة الطفل على التحكم في عواطفه تعتمد على الخبرات والعلاقات المبكرة.

الأحضان والقبلات

- إن كيفية لمسنا، وتعاملنا، وتغذيتنا لأطفالنا لها تأثير كبير عليهم عند الكبر، فسوف تساعد هذه اللعبة طفلك أن يشعر بالأمان والطمأنينة.
- غني الأغنية التالية، وأنتي تهزي طفلك وتقبِّليه:

أحضان وقبلات.. بحبك.. بحبك.. بحبك

أحضان وقبلات.. بحبك .. أنت طفلي.

- عند تغيير الحفَّاضة لطفلك، غني له هذه الأغنية، وقبلي أنفه وأصابعه وأطراف أصابعه.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

8

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

مجرد الوصول إلى هدف يعمل على تنمية التناسق بين اليد والعقل.

هــا هـــو إصبعــي

- تقوِّي هذه اللعبة أيدي أطفالك، وأصابعهم.
- ضعي طفلك على حِجرك.
- ضعي سبابتك في يدهم.
- سوف تمسك بإصبعك كاستجابة طبيعية لدى حديثي الولادة.
- في كل مرة تمسك فيها إصبعك قولي لها: «هذه هي ابنتي الجميلة»، «أنتي قوية جدًّا».
- تعمل هذه اللعبة أيضًا على تقوية مهاراتها.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

9

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عند ميلاد الطفل يستطيع الطفل أن يرى على مسافة تبعد ١٠ أو ١٢ بوصة.

أهـــلاً / مرحـــبًا

- عندما تُري الطفل وجهك سيشعر بالرضا.
- ادن بوجهك من وجه الطفلة، وقولي لها الأغنية التالية:

أهلا أهلا... بحبك جدًّا

أهلا أهلا... أستطيع لمسك بأصابعي

أهلا أهلا... سألمس أنفك الصغير (المسي أنف الطفل)

أهلا أهلا... سأُقبِّل أنفك الصغير (قبِّلي أنف الطفل)

- كرري الأغنية مع تغيير أجزاء الجسم الواردة في آخر سطرين (وجه الطفلة ـ أذنيها ـ عينيها ـ خديها ـ شفتيها).

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

10

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الرؤية العصبية تتكون أثناء الأشهر القليلة الأولى في الحياة، وسوف تؤدي الأنشطة التي تثير رؤية الطفل إلى تطور الرؤية.

أيــن ذهبــت

- امسكي وشاح ملون ساطع
- حركيه ببطء، وحدثيه عن سطوع ألوانه.
- عندما تتأكدي من أن طفلك ينظر للوشاح حركيه ببطء إلى اتجاه آخر.
- حركيه للأمام والخلف؛ لتجعلي طفلك يتابع حركته بعينيه.
- كرري هذه اللعبة، فبهذا تنمي قدرة الطفلة العقلية.

ملحوظة: أثناء قيامك بأي لعبة لاحظي إن كان الطفل قد شعر بالملل، عندئذٍ العبي معها لعبة أخرى.

**من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور**

11

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عندما يبلغ الطفل شهرين من العمر يستطيع تمييز تعبيرات الوجه.

متابعــة التعبــيرات

- يحب الأطفال النظر للوجه، وبصفة خاصة وجوه الناس ممن يحبونهم.
- جربي أداء تعبيرات مختلفة بوجهك، واستخدمي أصواتًا مختلفة؛ لتنمية الرؤية والسمع لدي الطفل.
- وإليك بعض الأفكار:
  - ✓ غني أغنية، وقومي بعمل حركات كبيرة بفمك.
  - ✓ أغمضي عينيكي.
  - ✓ أخرجي لسانك.
  - ✓ الوي فمك.
  - ✓ قومي بعمل أصوات بشفتيك.
  - ✓ اعطسي أو تثاءبي.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

12

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عقل الطفل يتغذى على التغذية الراجعة من البيئة المحيطة، ويشغل نفسه بالتفكير والعاطفة بناءًا على خبراته المبكرة.

لعبـــة الشخشيخـــة

- احملي شخشيخة أمام طفلك، وهزيها برفق.
- أثناء ذلك قومي بغناء أغنية (العم ماكدونالد الكبير)

صليل، صليل، هزي، هزي، هزي، إيا إيا أو
صليل، صليل، هزي، هزي، هزي، إيا إيا أو

- عندما تتأكدي من أن طفلك ينظر إلى الشخشيخة حركيها ببطء إلى جانب آخر، وكرري الأغنية.
- حركي الشخشيخة في أماكن مختلفة في الحجرة، ولاحظي الطفلة، وهي تحرك رأسها في اتجاه الصوت.
- ضعي الشخشيخة في يد الطفلة، وغني الأغنية مرة أخرى.
- يحب الأطفال الغناء، وعندما يبدأون التحدث فسوف يقلدون الأصوات التي يسمعونها.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

13

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عندما يبلغ الطفل شهرًا واحدًا، ويستطيع الرؤية على بعد ثلاثة أقدام يصبح الطفل مهتما بالبيئة.

لعبــة القبعة

- وجهك من أولى الأشياء التي يتعرف عليها طفلك.
- جربي لعبة القبعة مع طفلتك، فسوف تتعرف على وجهك، وسوف تثيرين بذلك حاسة الرؤية لديها.
- اختاري قبعات مختلفة وضعيها على رأسك، وعند ارتداء تلك القبعات قولي الآتي:

قبعات، قبعات، قبعات، قبعات (حركي رأسك ببطء للأمام والخلف)

(ماما، بابا، «اسم الأب أو الأم» لديه قبعة)

«اسم نفس الشخص» يحب «شهد».

عندما (يرتدي/ ترتدي) قبعته/ قبعتها

- إذا لم يكن هناك قبعات، ضعي وشاحًا أو شريطًا على رأسك.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

14

تجـــــارب حسيـــة

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

ما يراه الطفل أو يشمه يعمل على تكوين الروابط العقلية، خاصة إن حدثت هذه التجارب في إطار محبوب، ومنتظم، ومتوقع.

- إذا قمت بتعريض طفلك إلى أحاسيس مختلفة، فسوف يؤدي ذلك إلى تنمية قدرته على إدراك ذاته، والعالم من حوله.
- دلكي ذراع طفلك بأقمشة مختلفة «ستان، صوف، والمشغولات اليدوية»، فجميعها أقمشة جيدة للبدء بها.
- امنحي طفلك الفرصة لتجربة الروائح المختلفة، واخرجي بها، واجعليه يشم زهرة أو يشم برتقالة مقطعة حديثًا.

ملحوظة: احرص على ألا ترهقي الطفل بالمثيرات، ولاحظي أي علامات لشعور الطفل بالملل من اللعبة.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

15

الظـــــلال

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الرؤية العصبية تتكون لدى الطفل في عمر شهرين، واستثارة الرؤية يساعد على تكوين الروابط المرئية.

- يستيقظ الطفل كثيرًا أثناء الليل.
- الظلال الموجودة على الحائط ـ من ضوء الليل ـ تكوِّن أشكالاً ممتعة للطفل ينظر إليها.
- إذا كان لديك تليفون محمول يعكس الظلال سوف يساعد ذلك على نمو الرؤية عند طفلك.
- عندما يكبر طفلك، قومي بعمل تصميمات للظلال بيديك.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

16

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الخبرات الإيجابية، العاطفية، والجسدية، والعقلية محورية "أساسية" لنموالعقل الصحى.

كـــوني طفلـة

- إذا أردتي أن يكون لديكى رؤية أفضل عند طفلك حاولي أن تكوني أنت طفلة.
- انظري إلى العالم كما يفعل طفلك.
- استلقي على ظهرك، وانظري للعالم كما ينظر طفلك.
- ماذا تشاهدين، وتسمعين، وتشمين؟
- انتقلي لمكان آخر، وانظري، واسمعي، وشمي.
- هذا النشاط سوف يعطيك أفكارًا لألعاب تلعبيها مع طفلك، وذلك سوف يشجع على نمو طفلك.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

17

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

تعريض الأطفال لمجالات رؤية مختلفة سوف ينمي من تناسق اليد والعين، وتوازنهم شرط للزحف والمشي.

لعبـــة التحـــول «اللـف»

- تحويل «لف» طفلتك في اتجاهات مختلفة سوف يجعلها تدرك الفراغ والشعور بالتوازن.
- جربي تحويل «لف» طفلتك بالطرق الآتية:
  - ✓ احمليها، وامسكي رأسها، ولفيها في شكل دائري.
  - ✓ احمليها بحيث يكون ظهرها عليك، ووجهها للأمام.
  - ✓ احمليها بحيث يكون وجهها لك.
  - ✓ عند لفك لطفلتك في اتجاهات مختلفة................

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

18

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:
نجاح عقل الطفلة في التغذية الإسترجاعية من البيئة والأسلاك الموجودة في التفكير والعضو العاطفي قائم على الخبرات المبكرة.

لعبة الدراجة

- اجعلي طفلتك تنام على ظهرها، وحركي رجليها كما لو كانت تركب دراجة.

ملحوظة: إذا وجدتي طفلتك تقاوم برجليها لا تجبريها على ذلك، والعبي معها لعبة أخرى.

- غني أغنية الدراجة «الدراجة لها رجلين»، وأنت تحركين رجليها.
- حاولي عمل أغنية بسيطة، وهذه فكرة ممكن أن تستخدم أغنية على نغمة «جدف، جدف، جدف قاربك».

اركب، اركب، اركب دراجتك
فوق وتحت الشارع
بسعادة، بسعادة، بسعادة، بسعادة
إن هذه متعة

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

19

اثني هاتين الركبتين

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

تقوية عضلات فخذ طفلتك مهم للزحف والمشي في المستقبل.

- ضعي طفلتك على ظهرها، واجعلى رجليها في خط مستقيم.
- عندما تكون رجليها في خط مستقيم، صفقي بأسفل قديمها.
- سوف تشير طفلتك لأسفل بأصابعها، وتثني ركبتيها.
- وأنت تقومين بهذه اللعبة غني لها الأغنية التالية طبقًا للنغمة التالية: «لف حول الزهرة».
- اثني، اثني، اثني.
- ركب صغيرة تثني.
- اثني، اثني.
- انهي الايقاع بنوع من السعادة، وسوف تتعلم طفلتك؛ لأنها تستجيب للعبة، وذلك يجعلها أكثر إثارة.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

20

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الحديث مع الطفلة يبدأ في ربط الأسلاك العصبية في أذنيها؛ لكي تتصل بالجزء السمعي في العقل.

حكايات اللسان

- احملي طفلتك بين يديك.
- انظري لعينيها، وأخرجي لسانك عند إخراجك للسانك، قومي بعمل أصوات مسلية.
- أدخلي لسانك في فمك.
- كرري ما سبق مع تغيير الصوت.
- الأطفال الصغار سوف يحاولون إخراج لسانهم.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

21

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

اتصالك بطفلتك يساعد الخلايا العصبية للعمل على عمل روابط للتطوير اللغوي.

الحملقة

- الحملقة في وجه طفلتك شيء ممتع، وسيجعل ذلك طفلتك تحملق في وجهك.
- إذا تأكدتي أنك جذبت انتباهها، فغيري تعبيرات وجهك، وابتسمي، واعملي صوتًا أو هزي أنفك.
- استمتعي برد فعل طفلتك وهى تشاهد وجهك، وسوف تكوني مستمتعة بتعريض «بتوسيع» عينيها أو الحملقة؛ لتحرك ذراعيها أو رجليها.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

22

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عندما يكون الأطفال في الرحم يكون لديهم القدرة على تمييز الصوت البشري.

تغيير درجات الصوت

- «طبقًا للبحث الخاص بالعقل» عندما تسمع الطفلة نغمة صوت مرتفع (كالأبوة «الأمومة»)، فإن معدل قلبها يزداد مشيرًا إلى أنها تشعر بالأمان والبهجة.
- وعندما تتحدثين بصوت منخفض، فسوف تشعر طفلتك بالهدوء والرضا.
- حاولي أن تغني أغنية بصوت عال، ورردديها بصوت منخفض، ولاحظي رد فعل طفلتك في الحالتين.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

23

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الغناء للأطفال يسهل من الإرتباط الجيني بين الكبار والأطفال.

أغاني حفاض الطفل

- عندما تغني لطفلتك، وأنت تغيرين لها الحفاض تكون وسيلة ممتعة للاتصال، والإرتباط بطفلتك.
- ابتسمي وأنت تغني.
- غني أي أغنية تعرفيها أو غني الأغنية التالية طبقًا لنغمة «كوبري لندن».
- تغيير الحفاض يكون كذلك.
- يكون كذلك.
- يكون كذلك.
- تغيير الحفاض يكون كذلك.
- نظيفة، نظيفة، طفلتي.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

24

الحديث مــع الطفلة

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

كلما تتحدثي أكثر مع طفلتك ازدادت الروابط العقلية اللغوية.

- تحدثي عن شيء تفعليه، واوصفي ما تفعليه، وأنت تغسلين يديك، وترتدين ملابسك.
- إلقاء الشعر والأغاني الخاصة بالأطفال، وغناء أغاني أثناء النهار.
- من حين لآخر، غيري من صوتك، وحاولي أن يكون صوتك مرة عال، ومرة أخرى منخفض، ومرة أخرى مُغني، ومرة أخرى ناعم.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

25

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أدرك العلماء ـ الآن ـ أن الخبرات بعد الميلاد تعدد الإرتباط بالأسلاك الواقعية للعقل البشري.

لعبة الحفاض

- منضدة التغيير مكان جيد لتنمية المهارات الحركية.
- لماذا لا تعطي طفلتك أشياء ممتعة تنظر إليها أثناء تغيير الحفاض.
- حاولي تعليق كرة منفوخة في السقف تستطيعين لمسها، وطفلتك لا تستطيع لمسها.
- اجعلي الكرة تتحرك ببطء، وأنت تغيرين الحفاض لطفلتك.
- سوف تكون طفلتك مفتونة بذلك، وسوف تحاول لمس الكرة.
- عندما تغيرين لها الحفاض احمليها، واجعليها تلمس الكرة.
- ممكن أيضًا أن تعلقي صور لعائلتك على الموبايل أو على السقف.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

26

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عند الميلاد يحرك الأطفال أطرافهم بطريقة غير متحكم فيها متشنجة «تتسم بتغييرات مفاجئة» يقوم العقل بتصقيل دوائر أنشطة الحركة بشكل متطور.

التدحـــــرج

- ضعي طفلتك على ظهرها على سطح ناعم.
- اجعلي كاحلها وفخذها في نفس الاتجاه، وضعي هذه الرجل على الرجل الأخرى، ولا تقلقي، ومفصل الورك والجذع سوف يتبع هذه الحركة
- **ملحوظة:** لا تجبريها على هذه الحركة.
- أرجعيها لوضعها الأصلي.
- افعلي نفس الشيء مع الرجل الأخرى، وضعي رجلها في الاتجاه الآخر فوق الرجل الأخرى.
- أثناء وضعك الرجل على الأخرى لطفلتك، قولى:هناك اثنان في السرير
- والصغيرة تقول: تدحرجي، تدحرجي
- (ضعي رجل فوق الأخرى، عندما تقولين هذا الجزء) كلها موضوعة فوق الأخرى.

من ميلاد الطفل
حتى عمر ٣ شهور

27

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الأنشطة البسيطة كهز الطفل تثير نمو عقل الطفل.

التــدحرج، التدحرج

- الكرات الكبيرة المنفوخة وسيلة ممتعة يستخدمها الأطفال.
- وسيلة واحدة لاستخدام هذه الكرة هي أن تضعي طفلك على الكرة.
- ضعي الكرة على بطنها، واجعليها تمسكها بيديها، وحركي الكرة للأمام والخلف.
- وأنت تدحرجين الكرة غني أغنية بنغمة «جدف، جدف، جدف قاربك».
- دحرج، دحرج، دحرج الكرة. للأمام، والخلف نذهب.
- بمرح، بمرح، بمرح، بمرح.للأمام والخلف نذهب.
- حركة الهز تكون مريحة للطفلة.

من عمر ثلاثة شهور حتى عمر ستة شهور



من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

28

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

ممارسة مهارات الرؤية أساسي خلال الستة شهور الأولى في عمر الطفل.

انظــر مــاذا أرى؟

- يحب الأطفال أن يحملقوا في الوجوه المثيرة والألعاب.
- اجمعي ألعابًا متعددة ملونة، وحركيها ببطء للأمام والخلف أمام طفلتك؛ لتثيري رؤيتها.
- ذلك يكون الوقت الذي يكتشف فيه الأطفال أيديهم، فهم يلاحظون ويلاحظون، وفي النهاية يكتشفون أنهم يستطيعون إظهارها وإخفائها.
- امسكي أيدي طفلك، وصفقي بها أمام وجهه، وأنت تفعلين ذلك قولي القصيدة التالية:

صفق، صفق، صفق بيديك.. صفق بيديك الاثنين

ضع يديك على وجه أمك (دلعي طفلك مع القافية)

صفق بيديك الاثنين

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

29

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

النطق القصير يساعد على تطور العملية اللغوية.

من هـــذا الطفـــل؟

- ضعي طفلك أمام مرآة، وهو على حجرك.
- قولي: «من هذا الطفل؟».
- لوحي بيدي طفلك، وقولي: «هاي طفلي».
- قولي: «أين قدم الطفل؟».
- لوحي برجل طفلك، وقولي: «هاي قدمي».
- استمري في الأسئلة، وتحريك أجزاء مختلفة من جسد طفلك.
- حركي رأس طفلك، ولوحي بيديه، وقولي: باي باي، وصفقي بيديه... إلخ.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

30

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الأطفال يحتاجون إلى مجموعة متنوعة من الخبرات الملموسة حتى يكونوا على دراية بعالمهم.

الربط بأطراف الأصابع

- جربي لعبة الضرب مع طفلك.
- استخدمي سبابتك، وصابعك الأوسط، واضربي برفق على أجزاء مختلفة من جسده، وأنت تضربينه قولي اسم العضو.
- استخدمي القصيدة التالية:

اضرب ضربًا خفيفًا، اضرب ضربًا خفيفًا، اضرب ضربًا خفيفًا.
على خد طفلي (عبير).
اضرب ضربًا خفيفًا، اضرب ضربًا خفيفًا، اضرب ضربًا خفيفًا.
على خد طفلي (خذي يد طفلك وضعيها على خدها).

- كرري هذه القصيدة، واضربي أجزاء مختلفة من جسد طفلك.
- اعكسي اللعبة، وضعي أصابع طفلك على جسدك، واجعليها تضربك.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

31

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

العناية بحب تمد عقل الطفل بإثارة إيجابية عاطفية.

هيا نشاهـــد

- فكري في كل الأماكن الجيدة للمشاهدة.
- إذا استطاع الأطفال رؤية الأشياء وهي تتحرك، فسوف يكونون سعداء.
- إن الغسالة الكهربائية أو المجفف شيء ممتع ينظر إليه الأطفال.
- الشبابيك التي تطل على الأشجار من الأماكن الممتعة للمشاهدة، أو اجلسي في الخارج مع طفلك؛ ليشاهد كمًّا كبيرًا من المثيرات، مثل:
  - مشاهدة الطيور تطير من مكان لآخر.
  - مشاهدة السيارات تتحرك في الشوارع.
  - مشاهدة أفرع الأشجار تهتز مع الرياح.
- اجعل وقتا للجلوس مع طفلك، وتأملي معه هذه الأشياء، وجودك بجواره سيعطيه الراحة، والأمان التي يحتاجها؛ لكي يستمتع بعجائب الدنيا.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

32

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

لمس الطفل برفق يجعله يشعر بالأمن والأمان، ويجعله واثقًا بنفسه، ومستقل.

لمس الأنف توددًا

- ارفعي طفلك في الهواء، وقولي له: «أنف، أنف».
- عند قولك لكلمة «ألمس أنفك توددًا» أنزليه لأسفل، وألمسي أنفك بأنفه.
- كرري هذه اللعبة بلمس أنفك لأنفه مع تكرار كلمة «لمس الأنف توددًا».
- بعدما تلعبين هذه اللعبة عدة مرات قولي كلمة: «nuggle» أكثر من مرة مع لمس أنفك لأنفه مع قول كلمة «nuggle».
- على سبيل المثال قولي: (ألمس أنفك توددًا، ألمس أنفك توددًا، ألمس أنفك توددًا، أنف).

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

33

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

حمل الطفل برفق ورفعه إلى أعلى يجعله يشعر بالأمان.

أيـــن طفلـــي؟

- هذه اللعبة تقوي الظهر والرقبة.
- استلقي على ظهرك، وضعي طفلك على بطنك.
- ضعي يديك حول وسطه، وارفعيه في الهواء، وفوق وجهك.
- وقولي الآتي، وقومي بعمل هذه الأفعال: أين طفلي؟

ها هو (ارفعيه عند وجهك)
أين طفلي؟ (أنزليه عند بطنك)
ها هو (أرجعيه عند وجهك)
أين طفلي؟ (أنزليه عند بطنك)
فوق عاليا، عاليا، عاليا، (أرجعيه عند وجهك).

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

34

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

التمرين يساعد العقل على أن يظهر الدوائر الخاصة بتطور المهارة الحركية.

فـــــــــوق

- تمرين ذراعي طفلك وأرجله سوف يساعدك على تنمية عضلاته، وتناسقه الحركي.
- إنها لعبة جيدة تستطعين لعبها عندما يكون طفلك نائمًا على ظهره
- ارفعي رجله مرة واحدة برفق، وقولي هذه المقطوعة: ١،٢ فوق تحت (أنزلي رجله).

ملحوظة: لا تجبري طفلك على أي حركة، وإذا قاوم طفلك جربي ذلك مرة أخرى.

- كرري ذلك مع الرجل الأخرى.
- كرري ذلك مع ذراعيه.
- افعلي ذلك مع القدمين في نفس الوقت.
- افعلي ذلك مع الذراعين في نفس الوقت.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

35

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

التمرين يقوي العضلات الكبيرة، لإعداد الأطفال للمشي.

لعبة الرجل

- ضعي طفلك على ظهره على سطح صلب.
- امسكي كاحليه، واثني رجليه، وافرديها مع المقطوعة التالية: ١،٢،٣

اثني ركبتيك

١،٢،٣

اثني ركبتيك

ملحوظة: إذا قاوم طفلك توقفي في الحال، ولا تجبريه على أي حركة.

- غني تلك الكلمات بنغمة مألوفة أو نغمة من تأليفك، وسوف يجذب ذلك انتباه طفلك، ويطور لغته في نفس الوقت.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

36

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الارتباطات الجميلة تساعد على تطور ثقة الأطفال.

الصعود على السلم الكهربائي

- امسكي أصابع طفلك، وارفعي ذراعيه، وأنتي تقولي له المقطوعة التالية:

الصعود على السلم الكهربائي
فوق، فوق، فوق
الصعود على السلم الكهربائي
أسفل، أسفل، أسفل

- ارفعي رجلي طفلك، وقولي المقطوعة.
- استمري في رفع أجزاء مختلفة من جسد طفلك مع قول المقطوعة في كل مرة.
- انهي اللعبة برفعه في الهواء، وإنزاله لأسفل.
- قبليه دائمًا في الجزء الأسفل.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

37

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إذا واجهنا بكاء الطفل، وقرقرته بابتسام سوف يكون مستجيبا. عاطفياً.

التحـــدث ســـويًّا

- في هـذه الـسن غالبًـا مـا يـصدر الأطفـال أصواتًا مختلفة، قلدي الأصوات التي يقـوم طفلـك بعملهـا، وهـذه الأصـوات البـسيطة ستتحول فيما بعد إلى كلمات.
- حولي الكلمات التي يقولها طفلك مثل: (بابـا) أو (مامـا) إلى جمـل، مثـل: (ماما تحبك) (بابا يقول الحروف).
- بيني لوب ليك: «خبير في تطوير الطفل» يقول: ربما يقـوم طفلـك بعمـل أصوات مختلفة خلال اليـوم، ولكـن إذا صـفقتي عنـد قولـه: «مامـا» أو «بابا» سوف يكرر هذه الأصوات؛ لأن هذا التصفيق يجعله سعيدًا.
- كلما كررت أصوات طفلك تشجع؛ ليعمل أصواتًا أكثر.
- وتلك هي بداية المحادثة

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

38

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الأطفال البالغ عمرهم أربعة أيام يستطيعون تمييز لغة عن أخرى، ويلفت انتباهم الأصوات(الكلمات) التي تحدث.

أصوات الشرائط

- شريط لتسجيل كلام الطفل الغير مفهوم.
- أسمعية أصوات الشريط، ولاحظي استجابته.
- هل تجعل الأصوات طفلك مسرورًا؟ هل يعيد الطفل حديث المسجل؟
- إذا كان طفلك يستمتع بالاستماع للأصوات المسجلة قومي بعمل محاولة أخرى مثل الأصوات الطبيعية.
- هذه البيئة المثيرة تؤكد «تنمية» المهارات اللغوية الجيدة في المستقبل.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

39

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عدد الكلمات التي يسمعها الطفل يوميًّا يؤثر على ذكائه أو ذكائها في المستقبل، أو الامتياز الاجتماعي، والإنجازات المدرسية.

الاتصال عن طريق المحادثة

- ابدئي محادثة مع طفليك، وقولي جملة قصيرة مثل: «هذا اليوم يوم جميل».
- إذا استجاب طفلك للكلام غير المفهوم أو البكاء توقفي عن الكلام، وانظري في عينيه.
- عندما يتكلم استجيبي له بإيماءة من رأسك أو ابتسامة.
- ذلك يجعل طفلك يدرك أنك تستمعين إليه، وتستمتعين بصوته.
- قولي له جملة أخرى، وتوقفي دائمًا، واستمعي إلى استجابة طفلك.
- عندما تجعلين طفلك يعرف أنك تستمعين إليه، وتحبين ما يقوله، فإنك ستنمي مهاراته اللغوية وثقته.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

40

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

المحادثة الاستجابية تنمي من لغويات طفلك.

اقـــرأ شفتـــاي

- في عمـر ثلاثـة شـهور يقـوم طفلـك بعمـل أصوات ممتعة، وعندما تستجيبين لأصواته، فأنـت بـذلك تـشجعيه عـلى الكلام أكثر.
- وعندما تكـررين الأصـوات التـي يفعلهـا ضـعي أصـابعه عـلى شـفتيك، واجعلي الطفل يشعر بالحركة بالإضافة للهواء القادم من فمك.
- ضعي أصابعك على شفتيه، واعملي أصواتًا أكثر.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

41

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن التحدث، والغناء للطفل يسرع بشكل واضح من عملية تعلم كلمات جديدة.

بـــابي – أو بـابـــا

١- غني أي أغنية مستخدمة صوتًا واحدًا بدلاً من الكلمات.

٢ - اختاري صوتًا يقوم طفلك بعمله مثل: ماما أو بابا.

٣- غني الأغاني مستخدمة هذه الأصوات مع كلمات قليلة.

٤ - على سبيل المثال: غني المقطوعة التالية طبقًا لنغمة (أولد ماكدونالد).

بابا بابا با بابي

بابا بابا أو

بابا بابا با بابي

بابا بابا أو

٥ - هناك أغان أخرى يمكن أن تغنيها مثل: «تلألأ تلألأ أيها النجم الصغير» «رجل الفطيرة».

٦ - كلما كررت الأصوات التي يقوم طفلك بعملها ازدادت الأصوات التي يقوم طفلك بعملها.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

42

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن تكرار المهارات الحركية يقوى من الدوائر العصبية، والتي تذهب من مناطق التفكير في العقل إلى مناطق الحركة وتخرج للجهاز العصبى الذى يحرك

دعنا نركل

١- الركل ينمي مهارات الحركة، وهو شيء محبب للأطفال.

٢- اربطي الأشياء الملونة في كاحل طفلك، وراقبيه وهو يركلها بسعادة.

٣- احملي طفلك بين ذراعيك، واجعلي شخشيخة أو جرس يتدلى من قدمه.

٤- بيني له كيف يركل الشخشيخة أو الجرس.



من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

43

دحـــرج الأولمبيـــاد

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن استخدام هذه العضلات بصورة متكررة يقوى عضلاتالطفل ويجعل عندها مرونة للتدحرج.

١ - مساعدة طفلك على التدحرج (الزحف) على بطنه يقوي عضلات صدره وذراعه، كما أنها لعبة ممتعة تستطيعين لعبها مع طفلك مع تشجيع على التدحرج (الزحف).

٢ - ضعي طفلك على بطنه على سطح ناعم، ومسطح (الأرض المفروشة بالسجاد)، ووسط السرير أماكن جيدة لهذه اللعبة.

٣ - احملي دب لعبة، وضعيه أمام وجهه، وقومي بعمل حركات بالدب، وقولي القصيدة التالية مع تحريك الدب: **دب لعبة، دب لعبة، لف (لفي الدب)**
دب لعبة، دب لعبة. المس الأرض
(اجعلي الدب يسقط على الأرض).

٤ - عندما تتأكدين من أن طفلك يراقب الدب حركي الدب في اتجاه آخر؛ ومن ثم ستتحرك عيون الطفل وجسمه بسعادة وأمل؛ ليتابع حركة الدب.

٥ - كرري القصيدة، وحركة الدب في كل مرة، ولو ملّ طفلك من هذه اللعبة، كرريها له مرة أخرى في يوم آخر.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

44

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن ربط القافية والحركة ينتج كثيراً من الأسلاك في العقل التى تساعد على نمو الأطفال في المستقبل.

اجعلي الطفـل يـرقـص

١ - هذه مجموعة متنوعة لمقطوعة إنجليزية قديمة تسمى: «اجعلي ديدي يرقص».

٢ - احملي طفلك بثبات، وضعي يديكي تحت ذراعيه، واجعليه يرقص على سطح ناعم.

٣ - قولي المقطوعة، واعملي الأفعال.

اجعلي الطفل ديدي يرقص
ماذا يمكن أن أفعل؟
اجلس على حجري (ضعي الطفل على حجرك).
وقبليه (قبلي خده برفق «بلطف»).
اجعلي الطفل ديدي يرقص، اجعلي الطفل ديدي يرقص
(عودي للرقص).



من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

45

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن سماع الموسيقى يقوم بربط الدوائر العصبية. بأسلاك في العقل.

اضرب العرسة بقوة

١ - يستمتع الأطفال بالموسيقى والقافية أثناء وجودهم في الرحم، ومن ثم فهم يشعرون بقافية القلب «صوت دقات القلب»، وأصوات الدم التي تتحرك في الجسم.

٢ - أحضري عصاتين موسيقيتين (معلقتين خشبيتين)، وصفقي بهما وأنت تغني: «اضرب بقوة! تذهب العرسة».

٣ - صفقي بالعصاتين، وزيدي من حدة الصوت عند كلمة «اضرب بقوة!» فسوف ينتبه طفلك للصوت الأعلى.

٤ - ساعدي طفلك على الإمساك بالعصاتين، وغني الأغنية، وهو يمسك بالعصاتين.

حول مقعد الإسكافي.. القرد يطارد العرسة

يضحك القرد من هذه المتعة

اضرب بقوة ـ تذهب العرسة

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

46

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الغناء والرقص مع الطفل من أفضل الأشياء. التى تستطيعين فعلها لتساعد على ربط الأسلاك في عقله.

هـــوب 2، 3، 4

١- احملي طفلك، وقربيه من جسمك، وتحركي في الغرفة، وأنت تغنين له أغانيكي المفضلة، وأي أغنية تغنيها ستروق لك طالما أنك تحبينها وتستمتعين بها.

٢- سوف يشعر طفلك بسعادتك، ومن ثم سيصبح سعيدًا.

٣- امشي مشية إيقاعية، وقولي الكلمات الآتية: (هوب 2، 3، 4)، وأنت تمشين في الغرفة.

٤- تستطيعين أيضًا أن تتمايلي، وتدوري، وتمشي على أطراف أصابعك، وتتخذي خطوات مندفعة (مكتسحة).

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

47

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن القفز والهز شيئ اساسى للمشى.

دعنــــا نقفـز

١- لعبة القفز ممتعة للأطفال، وتلعب دورًا هاماً في مساعدة الصغار على تعلم التوازن، وهو أساس للمشي.

٢- ومن ثم تستطيعين جعل طفلك يقفز بطرق مختلفة، وأن يجلس على حجرك، وبطنه على ركبتيك، وأن ينام على ركبتيك، وأن يجلس على حجرك، ويهتز من جانب لآخر.

ملحوظة: ساندي طفلك عندما تجعليه يقفز.
والمقطوعة التالية مقطوعة تقليدية للقفز:

للسوق، للسوق لشراء بوبي كبير.
للمنزل مرة أخرى، للمنزل مرة أخرى رقصة جميلة.
للسوق، للسوق لشراء كعكة برقوق.
للمنزل مرة أخرى، للمنزل مرة أخرى لقد قمنا بالتسوق.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

48

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الحديث الدرامي يشجع على التعبير العاطفي عند الأطفال وهذا بدوره ينشط العقل لينتج المواد الكيميائية التى تساعد الذاكرة.

تشــوتشــو قطــار

١- وأنت تقولين هذه المقطوعة التالية حركي أصابعك على ذراع طفلك لأعلى وأسفل.

تشو تشو قطار، تشو تشو قطار

يسير على القضبان

توت، توت، توت، توت

والآن سيعود

٢- كرري ذلك مع الذراع الآخر.

٣- كوني درامية مع كلمة (توت)، وسوف يحاول طفلك عمل الصوت.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

49

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

يمتلك طفلك وفرة من الجينات والتشابكات العصبية العقلية التى تجعلهم في الحال جاهزين "على استعداد" لتعلم الموسيقى.

الأرجحـــــة

١- القيام بالأرجحة شيء يروق للطفل.

٢- إذا قلت قصائد أو غنيت أغاني، وأنت تؤرجحي طفلك سوف يتطور عنده إحساس بالموسيقى بالإضافة إلى بعض الروابط العقلية المهمة.

٣- ضعي طفلك على حجرك، وأنت تؤرجحيه للأمام والخلف، قولي القصيدة التالية، وأنت تؤرجحيه:

للأمام والخلف، للأمام والخلف
الأرجحة، الأرجحة
للأمام والخلف

٤- قصيدة أخرى يمكن أن تقوليها (الأرجحة) لروبرت لويس ستيفنسون.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

50

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الاهتزاز، والانطلاق يساعد على تكوين التشابكات العصبية في العقل التى تنمى من المهارات الحركية في المستقبل.

الاهتـــزاز والانطـــلاق

١- يهتز الأطفال أنفسهم في كل أنحاء المكان، وهذا الاهتزاز والانطلاق يعدان الأطفال للزحف.

٢- ضعي طفلك على بطنه، واستلقي على الأرض لتشاهديه.

٣- ضعي أمامه لعبة ممتعة، ولكن بعيدة عن متناول يديه.

٤- حركي اللعبة (الكرة ذات الأجراس تكون مناسبة) للأمام والخلف.

٥- سوف يحاول الوصول للكرة؛ لذلك سينطلق للأمام قليلاً.

٦- اعطيه الفرصة للوصول للكرة، وإمدحيه بكرم.

٧- هذا النوع من النجاح ينمي ثقة كبيرة بالنفس.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

51

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن العمل عل كلاً من المهارات الحركية الصغيرة والكبيرة في نفس الوقت ينميها بشكل مستقل.

ادفعي الطفـــل

١) اجعلي طفلك ينام على بطنه.
٢) قفي وراء طفلك، وضعي يديك على باطن قدميه.
٣) عندما يشعر بيكي سوف يحاول أن يتقدم للأمام بدفع يديكي.
٤) ذلك تمرين اعدادي للزحف.
٥) أحيانًا سوف يحتاج إلى دفعة لطيفة منكي.
٦) عند دفعك لقدميه بخفة قولي القصيدة التالية:

خذ قدمك الصغيرة، وادفعها، ادفعها، ادفعها (ادفعها بلطف)
خذ قدمك الصغيرة وادفعها، ادفعها، ادفعها (ادفعها بلطف)
خذ قدمك الصغيرة وادفعها، ادفعها، ادفعها (ادفعها بلطف)
ادفعها، ادفعها، طوال اليوم

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

52

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن تكرر المهارات الحركية سوف تنمي الدوائر العصبية التي تتحرك من مناطق التفكير في العقل إلى الطبقة الخارجية الحركية وفي الخ

تغـــير الأيـــدي



١) خلال هذا الوقت، سوف يبدأ طفلك في نقل شيء من يده لليد الأخرى.

٢) ومن ثم تستطيعين تقوية الدوائر العصبية في العقل بمساعدته على ممارسة تغيير الأيدي، وهذه اللعبة تنمي المهارات الحركية الصغيرة، وتناسق بين العين واليد.

٣) ضعي شخشيخة صغيرة في إحدى يديه.

٤) هزي يديه بالشخشيخة.

٥) بيني له كيفية نقل الشخشيخه لليد الأخرى.

هذه هي الخطوات:

أ- ضعي الشخشيخة في يده الفارغة، وسوف يلتقطها تلقائيًّا.

ب - فكي أصابع يده الأولى ثم قبليها.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

53

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

عندما ينظر الطفل إلى الأشياء المتحركة، فإن الخلية العصبية من الشبكية (شبكية العين) يقوم بعمل رابط لخلية عصبية أخرى

الضـــوء الجميـــل

١- إذا كان لديك غطاء، فغطي ضوء الكشاف بغطاء بلاستيك ملون.

٢- احملي طفلك بين ذراعيك، وغيري اتجاه الضوء.

٣- حركيه ببطء للأمام والخلف، وراقبيه وهو يتبع الضوء.

٤- تحدثي معه، وأنتي تحركين الضوء:

ضوء جميل
ضوء جميل
انظر للجميل، الجميل الضوء

٥- سيحب الأطفال عمل ذلك، وسوف يشعرون بالمتعة بالإضافة إلى أنهم سيكوِّنون روابط مهمة في العقل.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

54

أيــن اللعبــة

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الخبرات في الشهور الأولى من حياة الطفل لديها تأثير معروف على هندسة العقل، ومقدرة العقل في المستقبل.

١- امسكي لعبة في يدك أمام طفلك، وضعيها أمامه.

٢- شجعيه أن يبحث عن اللعبة، واسأليه بعض الأسئلة: «هل هي في السقف؟» ثم انظري للسقف.

٣- اسأليه «هل هي على الأرض؟» ثم انظري على الأرض.

٤- اسأليه «هل هي في يديك؟» نعم إنها هنا.

٥- عندما ينمو طفلك سوف يبدأ في البحث عن اللعبة عندما يبعدها عن نظره.

٦- مرة واحدة سيبدأ في الالتفات إلى أين ذهبت اللعبة، وسوف يتبع حركاتك عندما تضعيها بعيدًا عن نظره.

من عمر ستة شهور حتى عمر تسعة شهور





من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

55

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الرؤية العصبية تبدأ في التكوين مبكرًا، فإن الأطفال تحتاج إثارة الخبرات الخاصة بالرؤية.

ألعــاب المــرآة

١ - يبدو أنه كلما رأى الطفل نفسه كثيرًا ازدادت رغبته في الرؤية.

٢ - النظر للمرآة متعة كبيرة، وتعطي طفلتك منظورًا أخر عن نفسها.

٣ - هناك بعض الأشياء تستطيعين عملها مع طفلك عندما تنظرين إلى مرآة كاملة الطول.

أ - ابتسمي.

ب- حركي أجزاء مختلفة من جسمك.

ت- قومي بعمل حركات في وجهك مع عمل أصوات سخيفة.

ث- اعملي أصواتا بشفتيك.

ج- قلدي أصوات حيوانات.

ح- اهتزي للأمام والخلف.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

56

الأصـــوات في كـــل مكان

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

قلوب الأطفال تدق أسرع عندما ينظر آبائهم إليهم، ويتحدثون في طريقة مقفاه (موسيقية).

١- عرضي طفلك لأصوات مختلفة.

٢- اصنعي أصواتًا بفمك، وضعي أصابع طفلك على فمك، وأنتي تصنعين الأصوات.

أ- اصنعي صوت النحلة.

ب - اصنعي صوت الكحة.

ج - اضربي خديكي بقوة.

د- اعطسي (تظاهري بالعطس).

٣- امضغي أنواعًا مختلفة من الورق، مثل: الورق السولفان، والشفاف، لتصنع له أصواتًا ممتعة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

57

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الخبرات الموسيقية تقوي " تعزز " القدرة المستقبلية للمجادلة تجريديًّا خاصة في الميداين الفضائية.

أيـــن الصـــوت

١- الإدراك السمعي يأتي مع العمر والخبرة.

٢- ممارسة الألعاب يزيد من إدراك طفلك السمعي سوف يساعد على ربط الأسلاك في عقلها.

٣- ضعي لعبة موسيقية تعمل بالزمبلك بعيدًا عن رؤية طفلتك.

٤- دوري اللعبة، واسأليها «أين الموسيقى؟».

٥- عندما تشير إلى الصوت امدحيها بكرم.

٦- كرري هذه اللعبة في أجزاء مختلفة من الغرفة.

٧- عندما تزحف طفلتك أخفي الموسيقى تحت مخدة أو في أي مكان حتى تزحف، وتصل للموسيقى.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

58

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الخبرات الإيجابية المبكرة تحدد كيف ترتبط الدوائر العصبية للعقل بأسلاك.

اللعـــب بـــالأوانـــي

١- اللعب بالأواني طريقة جيدة لتعليم طفلك أشياء كثيرة.

٢- ضعي إناء على الأرض، وضعي لعبة تحته.

٣- قولي «١، ٢، ٣»، وانزعي الإناء من فوق اللعبة المختبأة.

٤- ومن ثم سيصبح طفلك سعيدًا، وبعد ذلك سيحب تكرار هذه اللعبة كثيرًا.

٥- الآن أخفي اللعبة، وساعدي طفلك على رفع الإناء.

٦- بعد ذلك اقلبي الإناء، وبيني لطفلك كيفية عمل ذلك، وساعديه على المحاولة.

٧- عندما تقلبي الإناء فوق «لأعلى» خذي نفس اللعبة، وأسقطيها في الإناء.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

59

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن استخدام العضلات الحركية تثير " تحفز " نمو العقل.

رم تـــوم تـــوم



١- يحب الأطفال الإمساك بالأشياء في أيديهم، والضرب على الأرض، وهذا ممتاز للتناسق الحركي، وأيضًا يعطي كثيرًا من المتعة.

٢- أعطي طفلك ملعقة خشبية، وشجعيه أن يضرب بها على الأرض.

٣- غني مجموعة متنوعة من أغانيكي المفضلة، وأنتم تضربون بالملاعق.

٤- جربي الضرب بالملاعق مع القصيدة التالية:

رم توم توم

رم توم توم

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

60

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

يقول دكتور "إيدوين حوردون": السلطة في نظرية تعلم الموسيقي تؤكد ان الأطفال لديهم وفرة من الجينات والتشابكات العصبية

اضـــرب على الطبلـة

١- ضعي بعض الزراير في علبة معدنية.

٢- احكمي غطاء العلبة جيدا بحيث لا تستطيع طفلتك فتحها.

٣- هزي العلبة، واستمعي للصوت، ولاحظي حملقة عين طفلتك بدهشة.

٤- أعطي العلبة لطفلتك، ودعيها تهزها، وغني لها أغانيكي المفضلة.

٥- غني «الولد ماكدونالد عنده مزرعة» هزي العلبة، وقلدي أصوات الحيوانات في نفس الوقت، ولاحظي ما الذي سيكون أكثر متعة للطفلة؟.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

61

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الأطفال بحاجة لخبرات اللمس، لكي ينمو العقل والجسد، فهي أساسية. كالغذاء والفيتامينات.

وان تـــــــو

١- قومي بعمل أغان، وأنت تحملين يد طفلك، واجعليه يلمس أجزاء مختلفة من جسمك.

٢- هناك بعض الأفكار:

١،٢ المس حذائي
أصفر، أحمر المس رأسي.. المس شفتي
تفاح، دب المس شعري

٣- كل مرة يلمس فيها العضو الجسدي ضعي يدك على هذا العضو، وعندما تقولين: «١،٢ المس حذائي» ضعي يده على حذائك.

٤- اعكسي اللعبة، والمسي جسد طفلك، وأنتي تقولين المقطوعة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

62

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن فرص تطور اللغة من خلال الأغاني، وألعاب الأصابع حيوي ورئيسي؛ لتطور وتنمية العقل.

إبهـــام تـــــومي

١- قولي المقطوعة، وأنتي تلمسين أصابع طفلك واحد تلو الآخر

٢- في النظم الأخير، لوحي بيد طفلك.

٣- إبهام تومي، إبهام تومي.

٤- أين أنت؟

٥- أنا هنا أنا هنا

٦- كيف حالك؟

٧- كرري بقولك: بيتر توبي طويل روبي يرن، سالي صغيرة مع كل الأصابع.

٨- سيستجيب طفلك للمسك وصوتك.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

63

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن عقل الطفل يكوِّن روابط عصبية وعضلية مطلوبة للجلوس والزحف والمشي والتحدث في مكان.

اللعــب بالكـــرة

١ - عندما تستطيع طفلتك الجلوس بسهولة ويسر حاولي دحرجة الكرة لها.

٢ - ابدئي باستخدام كرة قماش ناعمة.

٣ - دحرجي الكرة برفق، وبيني لها كيف تمسكها.

٤ - يحب الأطفال هذه اللعبة، ويستمتعون عندما تأتي الكرة ناحيتهم.

٥ - غني أغنية بنغم «جدف، جدف، جدف مركبتك، وأنتي تدحرجين الكرة».

دحرج، دحرج، دحرج الكرة.. إلى طفلي العزيز

دحرجة، دحرجة، دحرجة، دحرجة .. إلى طفلي العزيز.

٦ - يمكنك أيضًا تحويل زجاجة بلاستيك إلى هزازة، وسوف تستمتع طفلتك بمشاهدة الاهتزاز أو الزراير تتحرك عند هزها.

٧ - مجموعة ملاعق للقياس تكوِّن هزازة جيدة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

64

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن البيئة الغذائية تبني طرقًا تشجع على القوة العاطفية بينما التعرض المتكرر للضغط يخلق روابط عقلية.

هـــذا هـــو الطـــريق

١- اجلسي على كرسي له ظهر، وضعي رجليك فوق بعضها، وأجلسي طفلك على كاحليك.

٢- امسكي يديه، وأنتي تحركي (رجليك فوق وتحت «لأعلى وأسفل»).

٣- غني أغانيك المفضلة، وأنتي تقفزين لأعلى وأسفل أو غني أغنية طبقًا للحن «هذه الطريقة».

٤- هذه الطريقة التي بها نحن نقفز، نقفز، نقفز.

٥- لأعلى وأسفل، لأعلى وأسفل.

٦- هذه الطريقة التي بها نقفز، نقفز، نقفز.

٧- كل صباح

٨- ويييييييييي (ارفعي رجليك لأعلى لمدة ثانيتين ثم اخفضيها)

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

65

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الأطفال الذين يتم عناقهم والاهتمام بهم – الغير مدللين لكن يتم تلبية احتياجاتهم العاطفية – من المرجح أن تظهر رعايتهم السلوكية متأخرًا

خـــــد صغــير

١- إن ملامسة خد طفلك عندما تتحدث إليه ينمي الثقة بينكما.

٢- غنَ له القصية الشعرية الآتية

خذ صغير (ثم قم بلمس ومداعبة خده)
ذقن صغير (ثم قم بلمس ذقنه)
هنا حيث الطعام يدخل (ثم ألمس فمه)
عينان صغيرتان (مع ملامسة عينيه)
أنف صغيرة (ثم ألمس أنفسه)

جاكي سيلبرج

٣- تعد هذه الأبيات الشعرية وسيلة ممتازة لتنمية اللغة عند الأطفال إلى جانب الثقة التي تنشأ بينكما.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

66

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن بكل لعبة " بيكابو " تتكون آلاف الروابط في خلايا العقل أو تقوي مصنيفة تطور أكثر للارتباط بالأسلاك العقد الذي سيطل كبيراً في باق

لعب الأطفال (الدمية)

١ - يحب الأطفال مشاهدة الدمى المتحركة، واللعب بها.

٢ - أظهري دمية في يدك، وأخفيها وراء ظهرك.

٣ - أظهري الدمية، وقولي: «بيكابو (اسم طفلتك)».

٤ - الآن ضعيها وراء ظهرك مرة أخرى.

٥ - كرري ذلك حتي تبدأ طفلتك في رؤية الدمية تأتي من مكان ما.

٦ - ثم أحضري الدمية من مكان آخر، وغطي وجهك بالدمية، وغطي وجه طفلتك بالدمية، وضعيها أمام وجه طفلتك (ليس قريبًا منها) عندما تقولين كلمة.

٧ - أعطي الدمية لطفلتك، وراقبي هل ستفعل مثلك؟.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

67

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن لعب بيكابو تعلم الأطفال أن الأشياء التي تختفي سوف تظهر مرة أخرى، والرابطة القوية والأمنة مع طفلك تساعده على مقاومة الضغوط العادية للحياة اليومية.

الشـــــهق

١ - أجلسي طفلتك على الأرض أو على كرسي مواجه لكي.

٢ - ضعي فوطة على وجهك.

٣ - قولي كلمة «بيكابو»، وانزعي الفوطة من على وجهك، وأظهريها لطفلتك.

٤ - هذه اللعبة دائمًا ما تجعل الطفلة تضحك، وكلما قمت بتكرار هذه اللعبة زادت متعتها.

٥ - ضعي الفوطة على وجه طفلتك ثم انزعيها من على وجهها.

٦ - حاولي وضع الفوطة على وجه طفلتك، وانتظري وشاهديها هل ستنزعها من على وجهها؟.

٧ - كرري كلمة «بيكابو» في كل مرة تنزعي فيها الفوطة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

68

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن دراسة بجامعة ألاباما تؤكد أن "لعبة الفقاعات" و"لعبة بيكابو" وبعض الألعاب القديمة تقوي الادراك الحركي والتصور اللغوي.

أيـــن الكـــــرة

١- استلقي على الأرض مع طفلك.

٢- امسكي كرة صغيرة (أو أي لعبة أخرى) في يدك، وتحدثي عنها مع طفلك.

٣- ضعي الكرة بعيدًا عن رؤية طفلك خلف الكرسي مثلا في محفظتك.....إلخ.

٤- اسألي الطفل «أين الكرة؟».

٥- أخرجي الكرة، وقولي: «بيكابو».

٦- استمري في اللعب، وغيري مكان الكرة كل مرة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

69

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الألعاب مثل " بيكابو " تبني اللعنة، وتعلم الأطفال الاتصال وجهًا لوجه.

اللعـب بصـوت صـاخب

١- أجلسي طفلك على كرسي مواجه لكي.

٢- احملي فوطة كبيرة وضعيها أمام وجهه.

٣- عدي بصوت عالٍ «١،٢،٣».

٤- عند رقم «٣» حركي الفوطة من على وجهك، وقومي بعمل صوت سخيف.

٥- بعض الأصوات التي تستطيعين عملها، مثل:

أ- جو، جو، جو.

ب - حركات اللسان.

ت - الضرب بقوة.

٦- سوف يضحك طفلك كثيرًا؛ لأن ذلك يسبب له متعة كبيرة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

70

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن استخدام العضلات الصغيرة وتحريكها يحسن من نمو عضلات المخ

طفلي - طفلي

قولي المقطوعة التالية، واعملي الأفعال:

طفلتي، طفلتي، يهتز الفراش (هزي طفلك)

طفلتي، طفلتي، يقفز على السرير (ضعي طفلك)

طفلتي على ظهرها

طفلتي، ابتسمي لوالد طفلتك (أديري وجهك لوجه، وابتسمي)

طفلتي؟ طفلتي هزي رأسك (امسكي رأس طفلتك، وحركيها برقة من اتجاه لآخر).

طفلتي، طفلتي العبي استغماية (ضعي يديكي على عينيكي)

طفلتي، طفلتي هل ستختلس النظر (أبعدي يديكي عن عينيكي)

طفلتي، طفلتي، ماذا ترين؟ (قربي وجهك من وجه طفلتك)

أنا عدت، نعم! سيرييييييي (أعطي لطفلك حضن جميل)

قصيدة لجاكي سيلبرج

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

71

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

على Pet-a-cake الرغم من أن "بيت أكيك"و"لعبة بيكابو" تبدو لعبة بريئة، فهذه الألعاب تصل مجموعة معقدة من القواعد عن الآخذ والعطاء والتوقعات.

اللعـــب المــــــرح

١- هناك أنواع مختلفة من ألعاب الأطفال، والتي يحبونها جميعًا.

٢- المفضل هو تغطية وجهك بيديكي ثم تنزعي يديكي.

٣- طريقة «بيكابو» تبين لطفلك أنك على الرغم من أنها لا تستطيع رؤية وجهك فأنكي مازلت موجودة.

٤- اللعب معهم لربط الأوسط في العقل، وسوف ينمو طفلك عقلانيًّا بهذه اللعبة.

٥- طرق آخر للعب «بيكابو».

أ- ضعي أيدي طفلك على عينيه ثم أبعديها.

ب -امسكي أنت وطفلك حفاضًا ـ امسكي جانب وقمة الحفاض.

ج - اقذفي الحفاض، وألقيه بعيدًا.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

72

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الخلايا العقلية تكون روابط جديدة، وتقوي من وجود خلايا جديدة من خلال ألعاب البيكابو.

لعبـــــة «بيكابو»

١- غني هذه الأغنية طبقًا لنغمة «هل أنتي نائمة؟»

هل أنتي نائمة؟ هل أنتي نائمة؟.
صغيرتي (اسم الطفلة)، صغيرتي (اسم الطفلة)
حان وقت الاستيقاظ
حان وقت الاستيقاظ
دنج، دنج، دونج
دنج، دنج، دونج

٢- استخدمي ذلك كأغنية «بيكابو»

٣- غطي عينيكي، وأنتي تغنين: «هل أنتي نائمة؟».

٤- وأنتي تغنين: «حان وقت الاستيقاظ» امسكي يدي طفلتك، واسحبيها للأمام.

٥- عندما تغنين: «دنج، دنج، دونج»

حركي أيادي طفلتك لأعلى، وأسفل كما لو كانت ترن جرس.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

73

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

الألعاب التفاعلية مع الأطفال تعدهم إلى علاقات فيما بعد في الحياة.

أيـــــن أنــــا؟

١- عندما يتعلم الأطفال ادراك بيئتهم، فسوف تتحسن مهاراتهم المرئية باستمرار.

٢- العبي استغمايه مع طفلتك.

٣- خبِّئي نفسك جزئيًّا خلف كرسي أو باب، واجعلي جزءًا يظهر من جسمك.

٤- قولي لطفلتك القصيدة التالية:

أين أنا؟ أين أنا؟

هل تستطيعين أن تجديني؟ هل تستطيعين أن تجديني؟

أين أنا؟ أين أنا؟ أو بس أنا هنا

٥- عند قولك للسطر الأخير، وإذا كانت لا تراكي أظهري نفسك لها.

٦- عندما ترين المتعة والسعادة على وجه طفلتك ستكررين هذه اللعبة معها مرات عديدة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

74

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

تمرين العضلات الصغيرة لديه تأثير إيجابي على المناطق الحركية للعقل.

الضغـــط الكبــــير

«العصر» اللعب

١- إن ألعاب الضغط ممتعة جدًّا، والنوع المضغوط سهل الضغط «العصر».

٢- طفلتك تنمي مهاراتها الحركية عندما تضغطين «تعصر» الأشياء.

٣- لو كان لديها مشكلة ضعي يديكي على يديها، واضغطي اللعبة عندما يصل الاحساس إلى يديها، فسوف تكون قادرة على عمل ذلك بنفسها.

٤- هناك قصيدة صغيرة ممتعة يمكنك قولها وأنت تضغطين اللعبة:

اضغط الجبن لويس من فضلك!
اضغط الجبن لويس من فضلك!
ليس النحل، وليس الأشجار
اعصر «اضغط» الجبن لويس من فضلك.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

75

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

المهارات الحركية الصغيرة والكبيرة تتطور، وتصبح فيما بعد منفصلة"بشكل منفصل" على الرغم من أنها تتطلب نفس الأسس. الجسدية فكلا المهارتين علىها تتطور قليلا

مهــــــارات عقليــــة

١- يمكنك تقرير مهارات طفلتك الحركة بعمل أنشطة معها.

٢- أعطي طفلتك مجموعة متنوعة من الأشياء الصغيرة، والآمنة لتلعب بها، والبداية تكون بملاعق القياس، والكور الصغيرة، والألعاب الصغيرة «الدمى الصغيرة».

٣- ضعي شيئًا في يد طفلتك، وشجعيها أن تلقيه على الأرض.

٤- أعطيها علبة تضع فيها أشياءها ثم انظري إليها، وهي تخرجها.

٥- شجعيها أن تعطيكي شيئًا، واجعليها تتأكد من استرجاعه.

٦- لاحظيها هل تستطيع إمساك شيئين في نفس اليد، وسيكون ذلك.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

76

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إنه من خلال التفاعلات ينمي الأطفال شبكة العقل التي تساعدهم على تهدئة أنفسهم.

لمــس الأقمشــة

١- الألعاب التي تشجع تناسق اليد والعين مهمة لتلعبيها مع طفلتك؛ لأنها تساعد على تنمية ربط الأسلاك في عقلها.

٢- اجمعي قصاصات لأنواع مختلفة من المواد (الصوف، والكتان، والحرير والستان، وأي أنواع أخرى لديكي).

٣- اجلسي على الأرض مع طفلتك، وامسكي إحدى المواد في يدك بحيث تكون قريبة من طفلتك، وعندما تصل طفلتك إليها امدحيها.

٤- عندما تلمسين المادة بها، وقولي لها اسمها ثم ضعيها على وركها، واوصفي الاحساس بالمادة «هذا الحرير يبدو ناعمًا».

٥- سوف لا تفهم طفلتك كل كلماتك، ولكنها تربط نغم صوتك بالإحساس بالمادة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

77

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن التمرين في تناسق العين واليد ينمي من ارتباط الأسلاك في العقل.

البسلــــة والجــــزر

١- يستمتع الأطفال بالأكل بأصابعهم، وفي الحقيقة هذه خطوة مهمة؛ لتنمية المهارات الحركية الصغيرة.

٢- عندما يستطيع الأطفال التقاط الطعام، ويضعوه في أفواهم يكون لديهم إحساس كبير بالقوة والتحكم، ومن ثم فإن هذا الأمر يجعلهم يشعرون بالسعادة.

٣- ضعي بعض البسلة والجزر المطهية على المنضدة أمام طفلتك.

٤- غني لها الأغنية التالية: بسلة وجزر، بسلة وجزر.. ها هي، ها هي ضعيها في فمك، ضعيها في فمك..

يم، يم، يم يم، يم، يم

٥- أشيري بأصابعها الصغيرة للجزر والبسلة ولفمها.

فسوف تريد أن تطعمك أيضًا!

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

78

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن حمل وهز الطفلة يثير العقل؛ لتكوين الهرمونات المهمة التي تسمح لها بالنمو.

لعبة ضرب أخرى

١- إن الحركة والموسيقى معًا تثير جانبًا من (جوانب) العقل.

٢- احملي طفلتك بين ذراعيك، وأنتي تتحركين في الغرفة، وغني لها «اضرب العروسة بقوة».

٣- عند كلمة «اضرب بقوة» احملي طفلك لأعلى في الهواء ثم انزليها وقبليها.

من حولنا منضدة الفطيرة
القرد يطارد العرسه
القرد يضحك لرؤية هذه الرياضة
اضرب بقوة! يذهب الطفلة (قول اسم طفلتك)

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

79

عنـــــي وقـــــول

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الموسيقى المبكرة التي يتم تقديمها هي الإمكانية الكبرى التي يمتلكها الطفل لتعلم الأطفال المحاطين به الكلمات دائمًا يصبحوا متحدين بطلافة في عمر ثلاث سنوات

١- تقول دراسة في الجريدة الأسبوعية (٢-١٩-٩٦): إن الباحثين في جامعة كونستاز في ألمانيا اكتشفوا أن «التعرض للموسيقى يعيد ربط الأسلاك في الدوائر العصبية في العقل».

٢- فكري في بعض أغانيكي المفضلة، وغنيها لطفلك.

٣- مهما كانت الأغاني التي تغذيها سيستمتع طفلك بالسماع للكلمات، ولا مشكلة في أنها لا تفهمها.

٤- لو كان هناك بالأغنية كلمة مفهومة لطفلتك غنيها بصوت أقل من باقي الكلمات.

٥- بدلا من الغناء حاولي قول بعض الكلمات بطرق مختلفة ـ همس، نعومة، بصوت مرتفعة وبنغمة مرتفعة.

٦- إذا كنتي تغنين أو تتحدثين فسوف تتيح الموسيقى العرض في عقل طفلتك.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

80

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الأغاني تعطي للأطفال أنماطًا حديثة، ومهارات حركية حساسة.

عنـــي عـــن اليـــوم (النهـار)

١- كلما ازداد عدد الكلمات التي يسمعها طفلك تطورت هذه الأجزاء من العقل.

٢- راجعي يومك بأغنية، وألفي أغنية، وغني عن ما فعلتيه في هذا اليوم.

٣- تكلمي (غني) عن الاستيقاظ، وارتداء الملابس، وتناول الإفطار، وركوب السيارة.

٤- يمكنك أيضًا الغناء عن الناس في حياة طفلك.

٥- تكلمي (غني) عن جديه (جدتك تحبك، وتعطيك قبلة).

٦- غني عن أخواته الذكور والإناث (أختك شو بتحبك، أنت، أنت).

٧- غني عن الحيوانات الأليفة.

٨- هذه المحادثات الموسيقية سوف تعطي طفلك أساسًا للتعليم.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

81

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:
إن الأطفال وأبائهم مرتبطين بصلات حيوية؛ ليكون لديهم روابط عاطفية حميمة، وذلك ينمي ببطء من بكاء الطفل ونظراته المحدقة وابتساماته خلال السنة الأولى من عمر الطفل.

الغنـــاء الهـــادئ

١- ليس من الضروري أن تكوني مغنية كبيرة؛ لتغني لطفلك نعومة صوتك، بل غني ليصبح الطفل هادئا، ومن ثم تخلقين رابطة ممتعة بينك وبين طفلك.

٢- قومي بعمل موسيقى لهذه الأغنية الروسية، وقولي كلماتها، وأنتي تهزين طفلك.

اخلد للنوم طفلي العزيز

هوه ننه نام

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

82

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن العمل والعناق يجعل الطفل يشعر بالراحة والأمان، ويساعد عقله على النمو.

مقطوعة ليلة جيدة «طيبة»

١- قومي بهز طفلك، وأنتي تغني له المقطوعة التالية:

ليلة طيبة طفلي الجميل ليلة جميلة وحلوة
الساعة تدق، وتقول: «لقد تم عمله»
ليلة طيبة طفلي الجميل ليلة طيبة عزيزي
النجوم تتلآلآ والنوم قد حان.

٢- ضعي طفلك في سريره، وقولي له: «ليلة طيبة ليلة سعيدة».

٣- افركي ظهره، وأعطيه قبلة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

83

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن تمرين العضلات الصغيرة يحفز نمو العقل.

حـــب هـــذه المفاتيح

١- المفاتيح لعبة مفضلة للأطفال، كما أنها تقوم بعمل ضوضاء، وسهلة الحمل، ويحب الأطفال اسقاطها على الأرض.

٢- امسكي مفاتيح في يديكي، وقولي: «٣،٢،١» هيا نسقط المفاتيح على الأرض.

٣- اسقطي المفاتيح على الأرض، وتأكدي من طفلك هل شاهدها وهي تسقط على الأرض أم لا؟

٤- ضعي المفاتيح في يد طفلك، وكرري ذلك.

٥- افتحي أصابع طفلك، ودعي المفاتيح تسقط.

٦- بعد مرات قليلة سوف يعرف طفلك ما سيفعله، وسوف يبتهج بهذه اللعبة.

٧- إنها لعبة ممتازة لتنمية المهارات الحركية الصغيرة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

84

التــلويح بـاليـد والقــدم

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

العلماء يقولون: إن خلق ارتباط مع الطفل هو العامل الرئيسي لنموها، وسوف يتعلم الأطفال أسرع، ويشعرون شعورًا أفضل عن أنفسهم.

١- لوحي بيد طفلك، وقدمه للناس أو للحيوانات الأليفة التي يعرفها.

٢- إنه من الأفضل أن تلعبي اللعبة عند وجود الناس في الحجرة، وغني الأغنية طبقًا لنغمة:

لوح لبابا، لوح لبابا ، لوح، لوح، لوح ، لوح، لوح، لوح
قول: أهلاً لبابا، قول: أهلاً لبابا
لوح، لوح، لوح ، لوح، لوح، لوح

٣- يمكنك التلويح بيديه أو قدميه لمامي أو جدته أو جده أو أصدقائه أو الحيوانات الأليفة.

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

85

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

كل مهارة وحركة جديدة كرريها مرات عديدة؛ لتقوي الدوائر العصبية.

المسحـــوق الـــرغوي

١- هذه اللعبة جديدة؛ لنلعبها في حمام سباحة الطفل «بانيو الطفل» أو وعاء كبير به ماء.

٢- ضعي بعض الإسفنج في الماء، وبيني لطفلك كيف تعصرين الماء من الإسفنج.

٣- اعصري الماء على يديكي وذراعك، وأجزاء أخرى من جسمك.

٤- الآن أعطي لطفلتك فنجانين بلاستيك، وبيني لها كيف تعصر الماء في الفنجانين.

٥- سوف تأسر اللعبة طفلتك لفترة طويلة، وذلك شيء جيد؛ لتنمية المهارات الحركية الصغيرة.

٦- العبي لعبة بقولك لبعض الكلمات، وأنتي تعصرين، وهناك بعض الأفكار:

أ- أنيق. ب - يقرقر (يضحك بشدة).

ج - أو، أو، أو،أو

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

86

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

التوقف أثناء الكلام يساعد الأطفال على التركيز في الأصوات اللغوية.

الاستمـــاع الممـتع

١- كلما ازدادت خبرة طفلتك في الاستماع تحسنت لغتها.

٢- ادخلي مع طفلتك في محادثات عائلية، والحديث مع الآخرين على مائدة العشاء سوف يعلمها كلمات عديدة.

٣- تذكري أنه على الرغم من أن طفلتك لا تستطيع قول الكلمات، فإنها تفهمها.

٤- استمعي للراديو، ونوعي من البرامج، والموسيقى، والأخبار كل هذا سوف يسمح لطفلك بسماع أصوات مختلفة.

٥- سوف تستجيب ـ مرات عديدة ـ لما تسمعه، وحاولي تشجيعها على الاستجابة، والتفاعل معك.

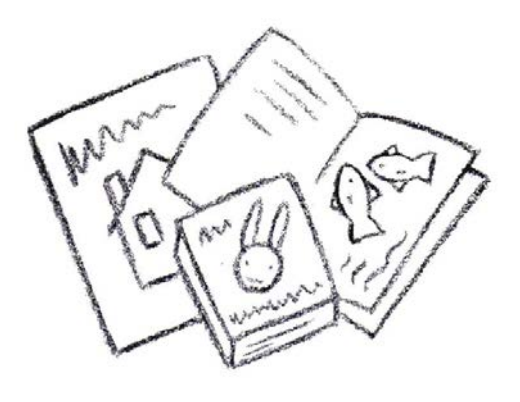
من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

87

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن قيام الطفل بتقديم عدة أصوات هي الطريق الي اللغة ، ولكن عندما يقوم الطفل بترجمة اللغة فإن عليك أن تعرفه علي كلمات

نصـــائح القـــــراءة



١- أعط وقتا يوميا للقراءة ، وخاصة عند النوم .

٢- تخير كتبًا ذات جملا قصيرة وتعطي معاني سهلة.

٣- دع طفلك يمسك الكتاب ويقلب صفحاته .

٤- فقط حدد أسماء الصور ، القصة ليس موعدها الآن .

٥- توقف عند أي شئ يجذب إنتباه الطفل ، فقط تذكره الصور بشئ ، اجعل حوارك متصلا واستخدم كلمات وصفية .

٦- من جداً أن تكرر وتكرر وتكرر ، كلما قمت بالتكرار كلما انتبه مخ الطفل .

من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

88

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن العقل قادر على التعلم خلال الحياة، ولكن ليس هناك ما يساوي هذا الوقت الوافر من التعليم).

دعنـــــا نتســـــلق

١- ليس هناك قدرة على تجنب ذلك!

فسوف تحاول طفلتك أن تتسلق كل شيء أمامها.

لماذا لا تساعديها على التسلق، وتنمي من عضلاتها الحركية الكبيرة؟

٢- اجمعي وسائد، ومخدات، وكدسيها على الأرض.

٣- ضعي طفلتك أمام الوسائد، وسوف تقضي وقتًا ممتعًا.

٤- ضعي لعبة لطفلتك على إحدى الوسائد، وسوف يغري ذلك طفلتك أكثر.

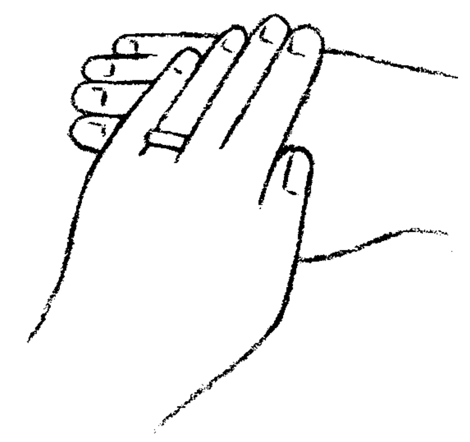
من عمر ثلاث شهور
حتى عمر ستة شهور

89

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن خبرات الأطفال لها تأثير درامي دقيق، وتحدد جسديًّا كيف ترتبط الدوائر العصبية المعقدة بأسلاك).





١- لقد أوضحت الأبحاث العديدة أهمية تعليم لغة الإشارات للأطفال.

٢- على سبيل المثال لو كنتي تقرأين كتابا لطفلك، وهناك صورة قطة تستطيعين قول الكلمة، وتشيرين للصورة، ومن ثم فإن هذا يساعد طفلك على تكوين رابطة (الربط) بين الكلمة والصورة.

٣- هناك بعض الإشارات يمكنك تعليمها لطفلك.

قطة .... خذي راحة يدك، واضربي بها أسفل اليد الأخرى.

سمكة............ افتحي، وأغلقي فمك كالسمكة.

عصفور .... رفرفي بذراعيك لأعلى وأسفل في الهواء.

٤- غني الأغاني التي بها هذه الكلمات بطريقة ممتازة؛ لتدعيم الإشارات.

الأغاني كأغنية «أولد ماكدونالد» أغنية جيدة يمكن غنائها.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

90

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن عقل الطفل يستطيع تمييز كل صوت ممكن في كل لغة، وعند بلوغ الطفل ١٠ أشهر يكون قادرا على تعلم كيفية تمييز الأصوات الأجنبية، والتركيز على أصوات لغته المحلية).

الاستكشاف الخارجي

١- اللعب بالخارج في يوم جميل طريقة ممتعة للخبرة (لإكتساب الخبرة) لكل الحواس.

٢- دعي طفلك يزحف في العشب، وازحفي أنتي أيضًا معه.

٣- قولي لطفلك اسم كل شيء يبدو مهتما به.

٤- شمي الأزهار، داعبي العشب، ابحثي عن الحشرات... إلخ، هناك أشياء كثيرة يمكن عملها.

٥- التدحرج على العشب شيء ممتع، وسوف يستمتع طفلك بالضوء، وسوف يشعر بالشوك الموجود في العشب.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

91

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الخبرات المبكرة تشكل الطريقة التي تتكون بها الدوائر في العقل).

حـــاول وســـوف تجــد

١- الاستماع لمصدر الصوت لعبة جيدة تنمي الإدراك السمعي.

٢- يتم القيام بهذة الألعاب في السنوات الأولى من عمر الطفل؛ لتقوية الروابط العقلية في المستقبل.

٣- سوف تحتاجين لساعة دقاقة «منبه» تصدر صوت.

٤- امسكي الساعة، وقولي أغنية تك تك مع طفلك:

تك تك، تك تك ، تدق الساعة

تك تك، تك تك

٥- الآن ضعي الساعة تحت وسادة.

٦- اسألي طفلك «أين التك تك؟».

٧- ساعدي طفلك على وجود الساعة بتحديد مكان الصوت، فسوف يفهم كيف يلعب هذه اللعبة، وسيريد أن يلعبها مرات أخرى.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

92

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن العلاقة الدافئة المحببة تقوي بشكل حيوي (حيويًّا) الأنظمة التي تساعده على تناول العواطف).

في الداخل والخارج

١- فهم المفاهيم الفضائية مثل «بالداخل، بالخارج» فوق «على»، تحت، خلف «وراء» مهم لتطوير العقل «نموه».

٢- العبي الألعاب التي تشجع هذا الفهم، وسوف يستفيد طفلك منها في المستقبل.

٣- ابدئي «بالخارج»، «بالداخل».

٤- أحضري كيس ورق كبير – النوع الذي تفضله قطتك – وضعي بداخله لعبة مفضلة.

٥- ساعدي طفلك على وجود اللعبة، وإخراجها من الكيس.

٦- أرجعيها للكيس مرة أخرى، وكرري هذه اللعبه مرات عديدة.

٧- ألفي أغنية ممتعة كالأغنية التالية، وفي كل مرة تقوليها أعيدي اللعبة في الكيس.

ساكي، واكي، تويسي، ويسي
بوم، بوم، بوم (قولي أخر كلمة «بوم» بصوت عال)

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

93

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الباحثين يؤكدون. الآن. كيفية تفاعلك مع طفلك، والخبرات التي تمديه بها لديها تأثير على نموه العاطفي، وقدراته على التعلم).

أيـــــن أضـــــــع؟؟

١- اجلسي مع طفلك، وشاهدي معًا بعض الصور.

٢- شاهدي معه صورة لشخص في العائلة.

٣- تكلمي عن الصورة بذكر اسم صاحب الصورة، و كرري الاسم مرة أخرى، واطلبي من طفلك أن يشير للشخص في الصورة.

٤- الآن غطي الصورة بيدك، واطلبي من طفلك أنه يجد الشخص.

٥- استمري في هذه اللعبة باستخدام صورة أخرى.

٦- سوف يدهشك طفلك بعدم فهمه.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

94

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

لمس الأطفال يساعد على الهضم، ويخفف من الضغط).

أيــــن الطفــــــل؟

١- أحضري صورًا مختلفة لطفلك، وأخفيها في أماكن مختلفة.

٢- اختاري الأماكن المألوفة لطفلك (في صندوق الألعاب، على الرف فوق مكان التغيير، أو تحت طبق في الكرسي العلوي).

٣- قولي: «دعنا نجد الطفل».

٤- «هل هو في؟» «هل هو على الكرسي؟».

٥- أخيرًا اسأليه «هل هو في صندوق الألعاب؟» أو في مكان أخر.

٦- عندما يجد طفلك الصورة امدحيه، وصفقي له.

٧- يمكنك استخدام هذه اللعبة باستخدام صور لأفراد العائلة والأصدقاء.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

95

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الرابطة العاطفية القوية مع الطفل تؤثر بشكل واقعي على الأنظمة الحيوية للطفل التي تتكيف مع الضغط).

ألمـــس

١- هذه المقطوعة تساعد طفلك على التعرف على أجزاء جسمه.

٢- أولا قولي هذه المقطوعة، وأشيري إلى كل جزء من جسمك.

٣- ثم خذي يد طفلك، وأشيري إلى جزء من جسمه، وأنتي تقولين المقطوعة التالية:

سألمس ذقني، خدي، الكرسي الخاص بي
سألمس رأسي، كعباي، شعري
سألمس ركبتي، رقبتي، أنفي
ثم أنحني، وألمس أطراف أصابعي

٤- قولي أيضًا الكلمات التي تبدأ بنفس الصوت

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

96

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الحمل، والعناق يساعدان على تخفيف الضغط عند الأطفال

ماما، بابا، عمو جون

١- ضعي طفلك على حجرك مواجهًا لكي، وقولي له المقطوعة التالية، وأنتي تهزي ركبتيكي.

٢- عند جملة «بابا وقع» أمسكي طفلك بإحكام، وتظاهري بأنكي ستسقطين طفلك على جانب ما.

٣- عند جملة «ماما وقعت» امسكي طفلك بإحكام، وتظاهري بأنكي ستسقطين طفلك إلى الجانب الآخر.

بابا، ماما، عمو جون

اذهبوا للدكتور واحد تلو الآخر

بابا وقع

ماما وقعت

ولكن عمو جون انطلق وانطلق

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

97

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن التجارب الحسية، والتفاعلات الاجتماعية مع الأطفال (حكها، حكها، حكها، حكها حركي يد طفلك حولي الكره باستخدام قماشة على الوجه والجسد، والآن هي جميلة ونظيفة)

هذا هو (بيل)

١- أجلسي طفلك على حجرك.

٢- ضعي كاحل طفلك في يدك، وأنتي تقولي المقطوعة التالية:

هذا هو بيل، وهذا هو جيل

خرجو ليلعبو

فوق وفوق (حركي رجليه فوق بعضها)

فوق وفوق (حركي رجليه فوق بعضها في الاتجاه الآخر)

«هذا ممتع» قال بيل وجيل

وقالوا: (هووراي) (أحضني طفلك)

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

98

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن المهارات اللغوية في المستقبل تتطور بشكل أفضل في بيئة غنية باللغة المتحدثة

اغســلي بالمـــاء

١- فوط غسل الوجه والجسد المبللة ممتعة للأطفال، والقماش يجعله سعيدًا عندما تضعيه على كل جسمه، وخاصة وجهه.

٢- العبي «بيكابو» باستخدام قماشة لغسل الوجه والجسد، وأنتي تعطيه حمامًا.

٣- ضعي دمية في قماشة لغسل الوجه والجسد، ودعي طفلك يضع أصابعه عليها؛ ليجد اللعبة.

٤- أعطي طفلك القماشة الخاصة بغسل الوجه والجسد، ودعيه يغسل وجهه.

٥- غني المقطوعة التالية طبقا للحن «جدف، جدف، جدف، مركبتك، اغسل، اغسل، اغسل الكرة، اجعلها جميلة ونظيفة.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

99

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن العلماء أدركوا مؤخرًا أن الخبرات بعد الميلاد تحدد الإرتباط بالأسلاك الواقعية للعقل البشري

عصا حوض الاستحمام

١ - عصا، dickory، واختاري مقطوعة ممتعة يمكنك غنائها، والعبي معه عندما تعطين طفلك حماما، والمقدرة اللغوية.

عصا، dickory، والفأر جرى فوق الساعة،

والساعة دقت الواحدة، وجرى هو أسفل عصا، dickory.

٢- خذ الصابون أو المنشفة، وارفعي ذراع طفلك الرضيع ببطىء، وأنت تغنين «الفأر جرى فوق الساعة».

٣- عند جملة «جرى هو أسفل» اجعلي فوطة غسل الوجه والجسد تنزلق على ذراع طفلك، وتصنع صوتا في الماء.

٤- تستطيعين القيام بهذه اللعبة بتحريك دمية لأعلى وأسفل في اتجاه حوض الاستحمام.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

100

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:
إن الأطفال الذين يحصلون على نصيبهم من العناية الرقيقة المحببة مبكرًا في الحياة سيفتقدون الإرتباط للأسلاك السليمة في العقل

الجليـــد المتســاقط

١- إن هذه لعبة حوض استحمام جيدة.
٢- املئي كوبا بقطع الجليد.
٣- أعطي طفلك كوبا آخر.
٤- أسقطي قطعة جليد في البانيو، وانظري هل يستطيع طفلك الحصول عليها باستخدام الكوب.
٥- هذه اللعبة ممتعة جدًّا؛ لأن طفلك سيطارد قطعة الجليد في الماء بكوبه.
٦- لو كان طفلك لديه مشكلة بيني له كيف يحصل على قطعة الجليد.
٧- هناك لعبة أخرى ممتعة يمكن لعبها باستخدام قطع الجليد، وهي أن تضعي قطعة جليد واحدة في يد طفلك، وتبيني له كيف يسقطها في الماء، ويلتقطها باستخدام الكوب.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

101

جدف، جدف، جدف بمركبك

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن استخدام العضلات بصورة متكررة يعطيها القوة، والقدرة المزدوجة المسماة بتناغم العضلات، والتي تكون مهمة لنمو الجهاز العصبي

١- إن هذه اللعبة هي لعبة حوض استحمام تنمي الثقة بينك وبين طفلك.

٢- أثناء جلوس طفلك في حوض الاستحمام امسكيه بثبات وحركيه للخلف والأمام في الماء مثل المركبة.

٣- وأنتي تحركين طفلك في الماء غني له الأغنيه التالية:

جدف، جدف، جدف
برفق ضد الريح
بمرح، بمرح، بمرح، بمرح
الحياة ليست إلا حلم طرطشة!(طرطشي المياه).

٤- غني أغاني أخرى عن المياه، وأنتي تلعبين اللعبة («الإبحار، الإبحار»، «إنها تمطر، إنها تنسكب»، «تمطر، تمطر، اذهب بعيدًا») كلها أغاني جيدة عن المياة.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

102

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الروابط العصبية «المرتبطة مع بعضها» تكون مع بعضها ما يسمى بالتشابكات العصبية، وحيث إن الأجزاء المختلفة للعقل تنمو بمعدلات مختلفة، فقد أوضحت عدة دراسات أن ذروة فترة الإنتاج للتشابكات العصبية يكون من المدرسة حتى السنوات الأولى من التعليم.

١، ٢، ٣، اركـــــل

١ - بيني لطفلك كيف تمسكي جانبًا من الكرسي، وتركلين برجلك في الهواء.

٢ - شجعي طفلك أن يقلدك.

٣ - قولي «١، ٢، ٣، اركل» واركلي برجلك في الهواء عند كلمة «اركل».

٤ - الاستماع لكلمة «اركل» ممتع جدًّا للأطفال، والركل بالرجل في الهواء ينمي من قوة العضلات.

٥ - اركلي للأمام، واركلي للجنب، واركلي للخلف.

٦ - حاولي العد بصوت منخفض، وقولي كلمة «اركل» بصوت عال.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

103

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الارتباط القوي الآمن بتغذية الكبار له وظيفة وقائية حيوية تساعد على نمو الطفل؛ لكي يقاوم ضغوط الحياة

لا – دي – دا

١- هذا تمرين مرونة، وطريقة جديدة لتعلم أسماء أجزاء الجسم.

٢- ارفعي ذراعيكي في الهواء، وانحني لأسفل، وحاولي لمس أطراف أصابعك.

٣- شجعي طفلك أن يفعل مثلك.

٤- وأنتي ترفعين ذراعيكي في الهواء قولي:

فوق لأعلى في الهواء ، تحت لأسفل على أطراف الأصابع

لا دي دا، لا دي دا، لا دي دا.

٥- كرري ذلك عدة مرات بذكر اسم جزء آخر من الجسم

فوق لأعلى في الهواء ، تحت لأسفل على الركبتين

لا دي دا، لا دي دا، لا دي دا.

٦- سيستمتع طفلك بجملة «لا دي دا».

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

104

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن تمرين العواطف ينشط المواد الكيميائية في العقل التي تقوي الذاكرة

اللـــــــــف

١- اجعلي طفلك يعمل قبضة بيده.

٢- امسكي قبضتي يديه، واجعليهما حول بعضهما.

٣- وأنتي تجعليهم حول بعضهما قولي المقطوعة التالية:

لف لف الأيادي الصغيرة

لف في الشارع

لف ببطء (لفي يديه ببطء)

زود السرعة (زودي السرعة)

لف، لف، لف، لف (لفي أسرع، وأسرع)

انهي اللعبة بقبلة وحضن.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

105

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن مساعدة عقل طفلك على النمو........................

سلوك غريب ومضحك «مسلي»

١- نمو الإدراك بالعالم شيء تستطيعين عمله مع طفلك.

٢- اجلسي على الأرض، وطفلك مواجها لكي.

٣- اعملي بعض الأشياء المسلية، وشجعي طفلك أن يقلدك.

هناك بعض الأفكار

١- اعملي وجه مضحك.

٢- أخرجي لسانك، واعملي أصواتا مختلفة.

٣- حركي رأسك في اتجاهات مختلفة لأعلى وأسفل من جانب لجانب.

٤- ضعي قبضتي يديكي حول وسطك.

٥- اعملي أصوات حيوانات مختلفة.

٦- نامي على ظهرك، واركلي برجليكي في الهواء.

٧- اجلسي على يديكي، وركبتيكي، وانبحي كالكلب.

٨- بعدما تفعلين هذه الأشياء كرريها أمام مرآة، وعندما يراكي طفلك تفعلين هذا السلوك الغريب سوف يكون مستمتعًا، و هذا ينمي عنده وعيا إضافيًّا.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

106

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن اللمس والضرب الخفيف، والعناق يزيد من قدرة الأطفال على هضم الطعام

ماذا يمكن أن تفعلين مع لعبة «دمية» هرمية

١- الدمية الهرمية لديها عدة إمكانيات للعبة المتطورة.

٢- بالاعتماد على مهارات، واحتياجات طفلك التطورية شجعي طفلك على أن يحاول القيام بأي من الآتي:

١- تنظيم اللعبة بشكل هرمي من الأكبر للأصغر، ومن الأصغر للأكبر.

٢- إلقاء الحلقات.

٣- وضع الحلقات على أصابعه.

٤- وضع الحلقات في فمه.

٥- تدوير الحلقات (يجعلها تدور).

٣- كل الدمى لها إمكانيات جيدة ، ومن ثم ساعدي طفلك على أن يرى الطرق المختلفة للعب بالدمى.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

107

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الأغاني والحركات والألعاب الموسيقية للأطفال تسمى تمارين عصبية رائعة ومن ثم فهي تقدم للأطفال أنماط الحديث والمهارات الحركية الحساسة، والمهارات الحركية الأساسية

على الظهر والكتفين

١- إذا كان طفلك يستمتع بالركوب على الظهر والكتفين ستكون اللعبة ممتعة جدًّا.

٢- إذا جلس طفلك على كتفيكي، ورجلية تتدلى للأمام (أو على ظهرك ويديه حول رقبتك).

٣- امسكي يديه، وأنتي تتحركين، وقولي الآتي:

امشي، امشي، في كل أنحاء الغرفة

أسرعي، أسرعي في كل أنحاء الغرفة

٤- جربي حركات مختلفة عندما تأخذين طفلك لتلعبي معه لعبة الركوب على الظهر والكتفين، اقفزي على قدم واحدة، اقفزي بخفة ورشاقة امشي، لفي في دائرة، تحركي ببطء، تحركي بسرعة، وهكذا.

٥- لعبة الركوب على الظهر والكتفين تساعد على تقوية مهارات التوازن.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

108

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن معظم نمو عقل الطفل يحدث بعد الولادة، والخبرات التي يمتلكها الطفل تشكل التركيبة المتطورة لعقله

القصير البدين

١- قولي المقطوعة الشهيرة التالية، وأنتي تهزين طفلك على ركبتيك:

قصير بدين جلس على الحائط (هزي طفلك)

قصير بدين سقط على الأرض

(افتحي ركبتيك، وأنتي تحملين طفلك بأمان، ودعي طفلك ينزلق على الأرض).

كل الملوك الخيول، وكل الملوك الرجال لا يستطيع إرجاع القصير البدين مرة أخرى (أرجعي طفلك إلى ركبتيكي).

٢- أعطي طفلك حيوانا محنطا مفضلا؛ ليمسكه، ويلعب به.

٣- هذه اللعبة ستعطي لطفلك فكرة؛ ليلعب بها مع الحيوان المحنط.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

109

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن معظم العلماء يتفقون أن النمو يحدث عندما يرتبط العقل بأسلاك؛ لقيامه بمهمته مثل: العصافير التي تتعلم الغناء؛ لكي يفقس البيض

ذقــن لـــذقــن

١- ضعي طفلك على ظهره، والمسي ذقنه.

٢- قولي كلمة «ذقن»، والمسي ذقنك.

٣- ضعي ذقنك على ذقن طفلك، وكرري الكلمة.

٤- كرري هذا النشاط مع أجزاء مختلفة من جسمك بلمس نفس أجزاء جسم طفلك.

٥- (الوجه، كالأنف، كالخد، كالرأس) يمكن البداية بها.

٦- ساعدي طفلك أن يدرك أن نفس أجزاء جسمك هي نفس أجزاء جسمه، وهذا سيزيد من إدراكه بالأشياء المحيطة به.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

110

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

باستخدام العضلات، والأعمال المتناسقة معا، يستطيع الأطفال البداية في تنمية مهارات الطلب، ويحب المشي

قلـــــدني

١- تطوير المهارات الحركية الكبيرة تساعد الأطفال على تكوين الروابط العقلية.

٢- قومي بعمل أي شيء، واطلبي من طفلك أن يقلدك.

٣- حاولي النظر في مرآة كاملة الطول أثناء قيامك باللعبة.

٤- هناك بعض الأشياء يمكن عملها.

- اتخذي خطوات كبيرة إذا لم يكن طفلك يستطيع المشي، ازحفي.
- اتخذي خطوات صغيرة إذا لم يكن طفلك يستطيع المشي، ازحفي.
- لفي ذراعك في الاتجاه الآخر، واعملي على دوائر كبيرة.
- اعملي دوائر بالذراع الآخر.
- احملي كرة بلاج كبيرة، وأسقطيها على الأرض ثم التقطيها من على الأرض.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

111

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

إن الخبرات الموسيقية المبكرة تزيد، وتعزز من الجدال الزماني المكاني، وتعلم المفاهيم الرياضية

دعنا نسحب «نشد»

١- هذه اللعبة تطور قوة أعلى الذراع، وسوف يعجب طفلك بها مطلقا «بشكل مطلق».

٢- اجلسي على الأرض، ووجهك ناحية طفلك.

٣- امسكي طرف وشاح كبير، وأعطي الطرف الآخر لطفلك.

٤- ابدئي بلطف في سحب الوشاح، وبيني لطفلك كيف إرجاعه.

٥- عندما يبدأ طفلك في الشد بقوة، وذلك يكون مرحا للأطفال.

٦- هذه اللعبة ممتازة لتنمية العضلات، فهي تسبب متعة كبيرة عند لعبها.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

112

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:
إن تعلم الموسيقي المبكر يمكن أن يربط بين الأسباب والنتائج ويساعد مستقبلاً في تعلم مفاهيم الرياضة .

الموسيقي السريعة والبطيئة

١- أعطي لطفلك بعض الملاعق الخشبية أو العصا الموسيقية.
٢- ضعيه على كرس عال أو دعيه يجلس على الأرض أو أي مكان آخر له سطح مناسب للضرب بالعصا.
٣- يجب أن يكون لديكي أيضا بعض الملاعق الخشبية أو العصا الموسيقية.
٤- غني أغنية مثل: (العجل في الأتوبيس)، واضربي بالعصا أثناء الأغنية.
٥- شجعي طفلك أن يضرب بالعصا أيضا.
٦- غني نفس الأغنية، واضربي بالعصا أسرع.
٧- غني الأغنية ببطء، واضربي بالعصا ببطء.
٨- سوف يستمتع طفلك بمشاهدتك، وأنت تضربين بالعصا بسرعة وببطء، وسوف يبدأ في فهم السرعة والبطء.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

113

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن الأغانى ، حركات الألعاب الموسيقية للأطفال تمارين عصبية تساعد الأطفال على تعلم أنماط الحديث والمهارات الحركية.

أغانى الفم

١) طالما مهارات طفلك اللغوية تتطور فسوف يستمتع باكتشاف الأشياء الكثيرة التى يمكن عملها بفمه .

٢) اختارى أغنية يستمتع طفلك بالاستماع اليها بعض الأغانى المشهورة مثل «قطتي صغيرة » «ماما زمانها جاية »

٣) غنى الأغنية بطرق مختلفة ، غنيها بصوت عالى ، بصوت مهموس ، صوت همهمة......الخ.

٤) كلما زادت الطرق التى يسمع بها طفلك الأغنية كلما حاول أن يقلدك وينمى مهاراته اللغوية .

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

114

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن الصلة بين الموسيقي والمنطق الاستدلالي قوية لأن مهارات الاستدلال هي جزء من المنطق المجرد.

إتســـى يتسى

١) أغنية العنكبوت « اتسى بتسى » أغنية مفضلة للأطفال الصغار على مر العصور .

٢) تكيفى مع هذه الأغنية وغيرى كلمة «العنكبوت » الى حيوان آخر مألوف يستطيع طفلك أن يتعرف عليه كالكلب .

الكلب إتسى بتسى

يتسلق صنبور المياه [أمشي كالكلب وانبحي]

تحت يأتى المطر ويغسل الكلب [ارمى نفسك على الأرض]

فى الخارج تأتى الشمس [قومي بعمل دائرة بيدك فوق رأسك تمثل الشمس]

وتجفف كل المطر

والكلب إتسى بتسى يتسلق صنبور المياه مرة آخرى

[أمشى مثل الكلب وانبحي]

٣) حاولي غناء الأغنية مستخدمة كلمة « بقرة » وأسماء وحيوانات آخرى يعرفها طفلك .

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

115

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :
أن أعلى مستوى لقابلية الموسيقى يحدث فى الحال بعد الولادة الأطفال لديهم وفرة من الجينات والتشابكات العصبية التى تجعلهم فى الحال مستعدين لتعلم الموسيقى.

لعبـــة التـــلألؤ

١) تنظم الموسيقى إيقاع اللغة
٢) اجلسى طفلك على حجرك واجعلى وجهه مواجها لكى يكون ذلك أسهل لو جلستى على الأرض .
٣) فى آخر كلمة فى كل سطر . سقفى بيديه معا مع رفع صوتك فى هذه الكلمة عن الكلمات الآخرى .

تلألأ ، تلالأ أيها النجم الصغير (صفقى)
كيف أتسائل من أنت ؟ (صفقى)
فوق الأرض عالى جدا (صفقى)
كالماس فى السماء (صفقى)
تلألأ ، تلالأ أيها النجم الصغير (صفقى)
كيف أتسائل من أنت ؟ (صفقى)

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

116

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن الحديث والقراءة والغناء لطفلك لها تأثير على مدى الحياة على نمو عقله.

الشعور بالموسيقى

١) الغناء عن المشاعر سيساعد طفلك على فهم اللغة والتعبير عن المشاعر .

٢) غنى الأغنية التالية طبقا للحن « فيرى جاكى »
هل أنت سعيد ، هل أنت سعيد
نعم أنا سعيد نعم أنا سعيد
سعيد ، سعيد ، سعيد
ابتسم ، ابتسم ، ابتسم
ابتسم ، ابتسم ، ابتسم [غنى بوجه سعيد ومبتسم]
هل أنت سخيف ، هل أنت سخيف أكملى المقطوعة وغنى بوجه سخيف
هل أنت مجنون ، هل أنت مجنون أكملى المقطوعة وغنى بوجه مجنون
هل أنت حزين ، هل أنت حزين أكملى المقطوعة وغنى بوجه حزين
تستطعين أيضا لعب هذه اللعبة مع بعض المهارات الحركية مثل القفز ، الجرى ، المشى.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

117

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن درجة الصوت المرتفعة تجذب انتباه الطفل والنطق السليم يسهل على الطفل تمييز الكلمات الفردية.

الأصـــــوات الأولى

١) الأصوات الأولى التى يعملها طفلك با ، ما ، با ، دا

٢) عندما نستجيب لهذه الأصوات سوف يكررها مرات عديدة

٣) قلدى أصوات صغيرك وكررها

٤) غنى أغانى مفضلة مستخدمة الأصوات التى يعملها .

٥) عندما تتحدث مع طفلك بنغمة مرتفعة [تسمى الأمومة] سوف يستمع اليكى باهتمام.

٦) قومى بتسجيل الأصوات الغير مفهومة لطفلك ، سوف تبتهجين عندما تسمعى هذا التسجيلات فى السنين المقبلة .

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

118

ذقــــن ، خـــد ، كـــرسي

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن التحدث مع الطفل غالبا وبشكل حساس ينمى من مقدرة الاستخدام المعقد للغة.

١) غنى كل بيت من القصيدة التالية طبقا للحن

٢) « المزارع فى الوادى »

٣) ذقنى ، خدى ، الكرسى الخاص بى

٤) ذقنى ، خدى ، الكرسى الخاص بى

٥) هاى هو

٦) ذقنى ، خدى ، الكرسى الخاص بى

٧) ألمسى ذقنك ، خدك والكرسى وأنت تغنى الأغنية

٨) غنى مقطوعة آخرى عن كلمات « رأس ، كعباى ، شعرى »

٩) غنى مقطوعة آخرى عن كلمات « ركبتى ، رقبتى ، أنفى »

١٠) أنها خبرة لغوية ممتعة .

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

119

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن التحدث للطفل ينمي حصيلة من المفردات الغوية الجيدة لديه في المستقبل.

قــل ورائي

١) إن التقليد مهارة طبيعية يتقنها الأطفال
٢) قولى كلمة وشجعى طفلك أن يقلدك
٣) انتقى الكلمات المألوفة لطفلك وأبدأى لمقطع واحد
٤) سوف تقومين بعمل ذلك بأن تعلمى طفلك « ماذا تقول البقرة ؟ »
٥) فى كل مرة يكرر طفلك ما تقولين امدحيه وعانقيه
٦) بعض الكلمات السهلة مثل طفلى ، دارى ، مامى ، تفاحة ، ضوء ، قطة باى باى.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

120

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن الحب رابطة قوية للطفل التعبير عن هذا الحب سوف يؤثر على الطريقة التى يكون بها عقله الروابط.

مقطوعة الأسنان

١) هذه احدي الألعاب التي يحبها الأطفال ويحبوا أن يلعبوها أمام أصدقائك أو أقاربك.

٢) علم طفلك أن يفتح فمه ويبين أسنانه

٣) أخرج لسانك ولاحظ هل سيقلدك طفلك

٤) الآن لف لسانك حول أسنانك العليا

٥) قولى المقطوعة التالية وقومى بعمل الأفعال .

٦) ٢٤ حصان أبيض [أشيرى إلى أسنانك]

٧) يجلس فى الحظيرة

٨) وخرج ثور أحمر (أخرجى لسانك)

٩) وضربهم جميعا [ألقى أسنانك العليا بلسانك]

١٠) كرريها مرة آخري إلى أسنان طفلك ولسانه

١١) شجعى طفلك أن يخرج لسانه ويحاول لعقد أسنانه العليا

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

121

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن العوائق ، الفن والتظاهر تساعد الأطفال على تنمية الفضول ، مهارات حل المشاكل والمهارات الرياضية.

جاك في الصندوق

١) هـذه اللعبـة المـشهورة تـساعد عـلى تـدعيم الفكرة القائلة بأن المفاجأة ممتعة .

٢) اعملى قبضة بيديكى الاثنين وأخبأى الابهام تحت الأصابع

٣) عند جملة « نعم سوف أفعل » اضرب إبهامك بقوة جاك فى الصندوق ما زال جالسًا .

٤) ألا تريد الخروج ؟

٥) نعم ، سوف أخرج

٦) ساعدى طفلك على عمل قبضة بيده لتريه كيف يضرب بإبهامه بقوة .

٧) تستطيعى أيضا لعب هذه اللعبة بالإنحناء لأسفل والقفز لأعلى .

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهرًا

122

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:
أن من خلال المقطوعات الشعرية اللطيفة لقد أدرك العلماء الخاص بالذاكرة فى العقل يصبح وظيفيا كلية من عمر ٩ الى ١٠ شهور.

اصطحبي لعبة عربة الأطفال

١) خذى طفلك معك للخارج وساعديه على تأمل البيئة من حوله . على الرغم من كثرة الأشياء التى يستطيع رؤيتها ساعديه على التركيز على شئ ما

٢) ادفعى عربة طفلك وتوقفى عند أشياء ممتعة لتتحدثى عنها

٣) توقفى عند شجرة وتحدثى عن أوراق الشجرة ، دعى صغيرك يلمس أوراق الشجرة

٤) ابحثى عن العصافير والبلابل على الأشجار

٥) تحدثى عن ثلاثة أشياء أو أربعة فى طريقك .

٦) كررى هذه اللعبة عدة مرات وأشيرى إلى نفس الثلاثة أشياء أو أربعة قبل إضافة أشياء جديدة.

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

123

ماذا تقول الأبحاث عن العقل:

أن رحلة اللغة تبدأ فى الرحم حيث يسمع الجنين باستمرار أصوات أمه.

اكتشـــاف الكتـــب

١) القراءة بصوت عالي منحة ممتعة يمكنك إعطائها لطفلك

٢) الأطفال مهتمين بالصور ، شكل الكتاب ، تقليب الصفحات وحمل ولمس الكتاب

٣) أشيرى الى الصورة وقولى له ما هى . عندما تشيرى إلى نفس الصورة عدة مرات سيتعلم طفلك اسم الشئ أو الشخص .

٤) أسألى طفلك أين يكون ؟ ولاحظي هل سيشير طفلك إلى الصورة .

٥) اتركى طفلك تمسك ، تسقط ، تقلب الصفحات فى الكتاب . هذا النوع من التجربة يمهد الطريق لحديث جيد ، القراءة ، أوقات خاصة بينك وبين طفلك .

٦) أقرأى نفس الكتاب عدة مرات

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

124

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :
أنه لكي يتم تحديد المفردات اللغوية للطفل عن طريق الحديث المسموع خلال الثلاثة سنين الأولى من عمر الطفل . يتآلف العقل مع الأصوات التى تكون الكلمات ثم تبنى روابط تسمع له بصقل الأصوات لأن اللغويات تنمو.

تسوق الخضروات

١) اصطحاب طفلك إلى السوق خبرة ممتعة اذا اعتبرتيها نزعة لكلاكما .

٢) هناك بعض الأشياء يمكنك عملها مع طفلك أثناء وجودك فى السوق .

أ- أشيرى إلى الصور والحروف على العلب والصناديق

ب -أريها الطعام التى تستطيع أن تأكله وتشربه فى البيت

ج - اذهبى الى قسم الانتاج وتحدثى عن الفاكهة والخضروات

د- دعيها تضع بعض الأشياء التى اشتريتها فى عربة الخضار

ه- أوصفى الطعام وأنتى تضعيه فى العربة مثل قولك [ساخن ، بارد ، ناعم، مطحون].........الخ

من عمر ٩ شهور
حتى عمر ١٢ شهراً

125

ماذا تقول الأبحاث عن العقل :

أن الأطفال لديهم القدرة على استرجاع القصص التى تثير مشاعر قوية فيهم.

وجـــه سعيـــد

١) منح قوة القصص المرتبطة بالمشاعر تشجع طفلك على التعبير عن مشاعره .

٢) أوجدى بعض الصور فى المجلات لأطفال تضحك وتبتسم الصور الملونة تكون أفضل .

٣) اجمعى هذه الصور على لوحة وانظرى إليها مع طفلك

٤) تحدثى عن المشاعر الموصوفة فى الصور . الوجه السعيد سيصبح ثابت فى عقل طفلك وسيكون روابط جديدة فى العقل .

٥) انظرى لصور الوجه السعيد مع طفلك وغنى أغنية « أى أغنية !» مع الابتسام .

المراجـــــــــع

F

G-H

I-J

K-L

M

N-O

P

T

U-V

W